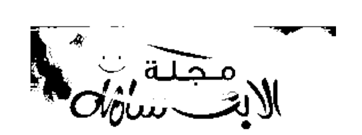
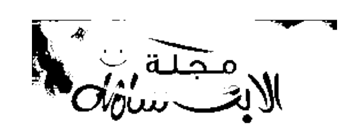
تعلم
الطريقة
الصينية
لقراءة
الوجه
وغير حياتك!

حكمة وجهك

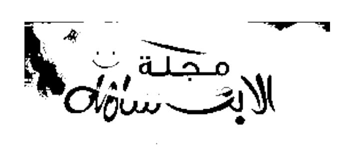
جين هانر




مجلة
الابتسامة



حكمة وجهك


مجلة
الابتسامة

حكمة وجهك

تعلم الطريقة الصينية
لقراءة الوجه وغيِّر حياتك!

جين هانر





للتعرف على فروعنا في

المملكة العربية السعودية – قطر – الكويت – الإمارات العربية المتحدة

نرجو زيارة موقعنا على الإنترنت **www.jarirbookstore.com**

مزيد من المعلومات الرجاء مراسلتنا على: **jbpublications@jarirbookstore.com**

إخلاء مسؤولية

هذه ترجمة عربية لطبعة اللغة الإنجليزية من الكتاب. وعلى الرغم من أننا بذلنا قصارى جهدنا في نشر وترجمة الطبعة العربية، إننا لا نتحمل أي مسؤولية أو نقدم أي ضمان فيما يتعلق بصحة أو اكتمال المادة التي يضمها الكتاب، لذا فإننا لا نتحمل، تحت أي ظرف من الظروف، مسؤولية أي خسائر أو تعويضات سواء كانت مباشرة، أو غير مباشرة، أو عرضية، أو خاصة، أو مترتبة، أو أخرى.
كما أننا نخلي مسؤوليتنا بصفة خاصة عن أي ضمانات حول ملاءمة الكتاب عموماً
أو ملاءمته لغرض معين.

الطبعة الثانية ٢٠١٠

THE WISDOM OF YOUR FACE
Copyright © 2008 by Jean Haner
Originally published in 2008 by Hay House Inc. USA
Interior photos: Brian Hartman, Seattle, Washington
Cover design: Amy Rose Grigoriou

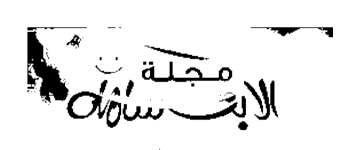
المملكة العربية السعودية ص.ب. ٣١٩٦ الرياض ١١٤٧١ – تليفون ٤٦٢٦٠٠٠ ١ ٩٦٦+ – فاكس ٤٦٥٦٣٦٣ ١ ٩٦٦+



CHANGE YOUR LIFE WITH CHINESE FACE READING!

JEAN HANER




مجلة
الابتسامة

قالوا عن هذا الكتاب

" هذا الكتاب يحيى الفن الصينى القديم لقراءة الوجه للقراء المعاصرين؛ حيث تغوص" جين هانر" مباشرة فى قلب الحكمة الروحية والنفسية. تأخذنا " جين هانر" فى هذا الكتاب إلى عالم لم تعد خطوط الوجه فيه يمثل مشكلة جمالية ينبغى التخلص منها، لكن كل خط من هذه الخطوط تمثل حرفًا تقرأ من خلاله روح هذا الشخص. والكتاب الذى بين يديك كنز من المعلومات العملية والتوجيه، وبه من الإبداع والخيال ما يعتبر ذا قيمة هائلة لكل من أخذ على عاتقه مساعدة ذاته وغيره على أن يحيا حياة أكثر صدقًا ومغزى ومتعة" .

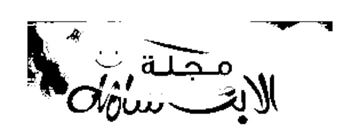
— **" لورى ديتشار"** ، مؤلفة كتاب *Five Spirits*

" تعلمنا جين هانر فى هذا الكتاب كيف نقرأ الوجوه كما لو كانت كتابًا مفتوحًا ، حيث تعلمنا الأفكار والمعرفة التى تعرضها هنا كيف نقرأ ونفسر قصة الحياة المكتوبة على كل وجه، وكيف نتعرف على الأفكار والمشاعر المتفردة المنقوشة عليه، وكيف نفهم كل أنواع الشخصيات فهمًا حقيقيًا. هذا الكتاب سيغير طريقتك فى النظر إلى نفسك فى المرآة، وطريقتك للنظر فى عيون الآخرين" .

— **" تيرا كاثرين كولينز"** ،

مؤلفة كتاب *The Western Guide to Feng Shui – Room by Room*




مجلة
الابتسامة

حكمة

وجهك

لا يقدم المؤلف بين طيات هذا الكتاب نصائح طبية أو وصفات ترشد لاستخدام أىّ من الأساليب التى ترد فى هذا الكتاب على هيئة علاج من خلل بدنى أو عاطفى أو طبى بدون استشارة الطبيب سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة. أما قصد المؤلف فهو يقتصر على تقديم المعلومات بشكل عام؛ وذلك بهدف مساعدة الفرد أثناء رحلة بحثه عن الرفاهية الروحية والعاطفية. فإذا ما استخدمت أياً من هذه المعلومات الواردة فى هذا الكتاب وقمت بتطبيقها على نفسك ـ وهذا هو حقك الدستورى ـ فإن المؤلف والناشر يخليان مسئوليتهما عن مثل هذا التصرف.

أهدى هذا الكتاب

إلى ابنى " جيفرى"

– الذى فك إسار

قلبى.

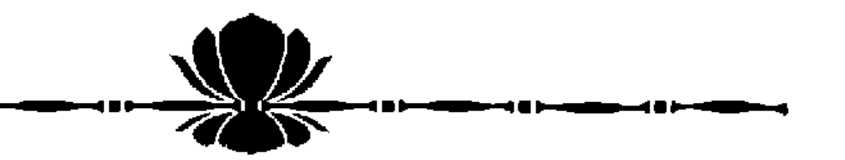


المحتويات

الجزء ٣: النظـرة المُحبـة

"إذا أردت التمتع بشفاه جذابة؛ فلا تقل إلا كلمة طيبة.
وإذا أردت عينين جميلتين؛ فانظر للخير في الناس.
وإذا أردتِ قوامًا ممشوقًا؛ فأشركي الجوعى في طعامك.
وإذا أردتَ شعرًا جميلًا؛ فاجعل
طفلاً يخلل أصابعه فيه يوميًا.
إن البشر – أكثر من الأشياء – بحاجة إلى من يرممهم،
ويجددهم، وينعشهم، ويصلحهم، ويستعيدهم،
ويستعيدهم، ويستعيدهم..."

– "سام ليفنسون"



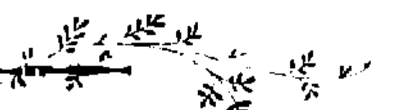
مقدمة

حرر المال الحبيس

يتمتع الكثير من الأشخاص بالقبول والجاذبية لدى الآخرين، والغريب فى الأمر أن وجوه هؤلاء ربما كانت غير خالية من التجاعيد، وربما كانت ملامحهم غير متناسقة. وعلى الرغم من ذلك، فإن مجرد تواجد هؤلاء الأشخاص فى مكان سرعان ما يجعل قلوب الناس تتعلق بهم. والسبب فى هذا التجاوب السريع هو المشاعر والتعبيرات التى تنبعث من وجوه هؤلاء الأشخاص وليس مظهرهم الخارجى؛ لذلك فعندما يعبر الإنسان بصدق عما يدور بداخله ويعيش وفقًا لطبيعته الصادقة يراهم المحيطون بهم يتميزون بالجمال. إنهم فى حالة توازن مع التدفق الطبيعى لشخصياتهم؛ ومن ثم لا يكبتون مشاعرهم أو ينكرونها ويحيون فى بهجة ورضا لا شك فى جمالهما.

والحقيقة المذهلة هنا هى أن الوجه قد يعلم المرء كيف يصل بنفسه لهذه الحال. وفى حين أنك قد تعرف أن وجهك قد يتغير مظهره تغيرًا سلبيًا نتيجة لضغوط الحياة؛ فإن الوجه قد يبين لك طريقة الخلاص من مأزق صعب يواجهك فى حياتك. إن وجهك هو المرآة التى ينعكس عليها كل ما يدور بداخلك، ويوضح كيفية وصول ذاتك إلى ما وصلت إليه والغرض من وجودك فى الحياة.

كل منا لديه تركيبة داخلية متفردة تتميز بالترابط والتعقيد، ومشكلتنا أننا لم نولد مزودين بوصفة تمكننا من فهم آلية عمل هذه التركيبة؛ لذلك نعتمد بشكل



كبير على الآراء التى تصلنا من أفراد الأسرة، والأصدقاء، والنظام التعليمى، وثقافة المجتمع لتكوين صورة عن شخصيتنا وللتعرف على ما يُفترض أن نفكر فيه، ونشعر به، ونتصرف من خلاله. إن الأسلوب الطبيعى لنا فى معيشة حياتنا واستجابتنا لها سرعان ما تلقى رد فعل من المحيطين بنا.

ينشأ معظمنا فى بيئة يغلب على أفرادها أن يكيلوا لنا الانتقادات فى حين أن الصواب أن تقدم لنا البيئة التى ننشأ فيها التوجيه والدعم لنعبر عن ذواتنا الحقيقية ولنزدهر ونرتقى، وعندئذٍ سرعان ما نعتقد أن ثمة خطأ فى ذواتنا، وغالبًا ما يؤدى ذلك بنا إلى محاولة تغيير شخصياتنا الحقيقية أو تحجيمها، بل وإنكارها أحيانًا لنجد طريقة من شأنها أن تجعلنا الشخص الذى يُفترض أن نكونه. وهذا يبعدنا عن هوياتنا الحقيقية، وسرعان ما نجد أننا لا نستطيع أن نتكيف مع الواقع المفروض علينا، ونكتشف فجأة أننا نعيش حالة من انعدام التوازن والضغوط.

يُروى عن "مايكل أنجلو" قوله عن عمله: "كنت أرى ملاكًا حبيسًا بداخل قطعة رخام؛ فأظل أنحت فى الرخام حتى أحرره". لقد كان "مايكل أنجلو" يؤمن فعلًا بأن الشىء الذى ينحت الحجر ليمثله يوجد فعلًا بداخل الحجر، وأن دوره يقتصر على النحت حتى يحرر الحجر مما لا يُفترض وجوده عليه. ويقول فى ذلك: "فى أية قطعة رخام أرى تمثالًا واضحًا يقف أمام عينى وقد تم تصميمه بشكل رائع، وكل ما كنت أفعله هو إزالة الجدران الصلبة التى تغلف صورته الجميلة ليراه الجميع كما أراه أنا".

كانت هذه الكلمات لـ "مايكل أنجلو" قد أرسلتها لى إحدى صديقاتى اللاتى حضرن إحدى ورش عمل قراءة الوجه التى أعقدها، وقالت لى إن وصف "مايكل أنجلو" لعمله كنحات ينطبق تمامًا على العمل الذى أقوم به. إننا إذا استطعنا قراءة وجوهنا فسنتمكن من التحرر مما لا يشكل جزءًا من ذواتنا حتى نظهر العمل الفنى الرائع بداخلنا. إن الهدف من عملى هو مساعدتك على اكتشاف الحيوية والبهجة الكامنتين بداخلك، اللتين تنتظرانك إذا اكتشفت ذاتك الحقيقية وعشت حياتك وفقًا لها. وهذه – فى رأيى – هى *أفضل* الطرق التى تجعلك تبدو جميلًا وتشعر بجمالك فى عالم يهتم جدًا بالمظاهر.



لقد اكتشفتُ الطريقة الصينية لقراءة الوجه فى أواخر السبعينات عندما تزوجت فى أسرة أمريكية من أصول صينية. وكانت والدة زوجى قد علمتنى هذه الطريقة فعكفت على دراستها حتى أصبح أكثر قدرة على فهم أبنائى. وكنت أرغب فى استخدام هذه الطريقة لأتوافق مع السلوكيات التى تصدر من الآخرين، وكى أفهم احتياجاتهم بسرعة وبوضوح بما يجعلنى أستطيع مساعدتهم بأكبر قدر ممكن من الفاعلية والكفاءة، ولكن هذا لم يكن سهلًا؛ فمعظم المعلومات المتاحة عن قراءة الوجه على الطريقة الصينية لم تكن تتفق مع ثقافتنا المعاصرة؛ لذلك لم أتمكن من تأليف هذا الكتاب إلا بعد خمسة وعشرين عامًا من الدراسة والتجربة - ومن حسن الحظ - تتلمذت على أيدى مدرسين رائعين ساعدونى كثيرًا.

تعتمد قراءة الوجه على مبادئ مستمدة من التراث الشعبى الصينى مثلها مثل العلاج بالطريقة الصينية، ولا يزال هناك إلى اليوم أطباء صينيون يستطيعون تشخيص الأمراض بمجرد فحص الوجه. أما ما أمارسه من عمل، فلا علاقة له بحالات الصحة البدنية. إن نفس الخصائص التى تستخدم لمعرفة حالتك الصحية تستخدم لمعرفة حقيقة مشاعرك وانفعالاتك، ومن هنا فإن الظواهر التى يتابعها الأطباء الصينيون لتقييم حالتك الصحية هى نفسها التى تمكننا من معرفة شخصيتك وهذا هو ما يرتكز عليه عملى. إننى أستخدم هذه المعرفة لمساعدة الناس على أن يعيشوا وفقًا لطبيعتهم الحقيقية وأنماطهم الانفعالية والحيوية الفريدة، والتى تجعلهم متميزين فى هذا العالم، وبذلك يأسرون ألباب كل من يقابلونه فى أى مكان يتواجدون فيه.

على مدار عملى فى ورش العمل والجلسات الاستشارية كنت أسمع بعد أن أنتهى من حديثى تنويعة على جملة "*هذا ينطبق علىَّ!*"، وكان هذا الاكتشاف المدهش يظهر على المتحدث عندما يتهلل وجهه بعد أن يكتشف السبب فيما يشعر به من مشاعر والسبب فى مروره بما مر به من خبرات وتجارب حياة، وهذا هو ما أرجو أن يحدث معك من خلال قراءتك لهذا الكتاب - عزيزى القارئ.

فى هذا الكتاب سنأخذك فى رحلة عبر ملامح وجهك لتكتشف ما يمكنه تقديمه لك من حكمة؛ حيث نعرض فى الجزء الأول من الكتاب المفاهيم الأساسية لمبادئ قراءة الوجه وبعض أساليب استخدامها، وسأبين سبب إعجابى بهذا الفن

من أول وهلة تعرضت له فيها، والسبب الذى جعلنى أعتبره فنًا فى غاية الروعة، وسأوضح مدى أهمية تطبيقه العملى الهادف فى عالمنا الغربى.

وسأناقش أيضًا الأساسيات التى ينبغى ألا تغيب عنا فى أثناء تعلمنا لقراءة الوجه. وبعد ذلك سنبدأ رحلتنا باكتشاف الأثر الذى يتركه كل عقد من الزمن، بل وكل سنة على حياتنا. إنك عندما تصل فى تك الى خبرات حياتك إلى هذه الدرجة يمكنك اكتشاف الطريقة التى تمكنك من التخطيط لمستقبلك بناءً على ماضيك. إن هذه المعرفة وحدها من شأنها أن تساعدك مساعدة هائلة على أن تبدأ حياة جديدة ومختلفة.

ويتضمن الجزء الثانى من هذا الكتاب أهم مرحلة من مراحل الرحلة؛ حيث ستكتشف فيه الأصول القديمة للفن الصينى فى قراءة الوجه، وهو ما يمنحك فهمًا عميقًا – على بساطته – سيساعدك على تغيير حياتك إلى الأبد. وسأبين لك النماذج الأصلية الخمسة للطبائع البشرية التى يعبر عنها وجهك بملامحه المتفردة. ستأخذك الرحلة عبر جميع الملامح والتعبيرات على وجهك لتتعرف على الحقائق الخفية التى يكشفها لك كل منها عن ذاتك وما تحتاج إليه لتكون سعيدًا.

ويقدم لك الجزء الثالث من الكتاب أساليب إضافية تساعدك على النظر إلى وجهك وتكوين رؤية أعمق عن حقيقة شخصيتك. وستتمكن أيضًا من فحص الرسائل المختلفة التى تنبعث من كل جانب من جوانب وجهك. وستنتهى رحلتك مع هذا الكتاب بفرصة تجربة قراءة وجهك بنفسك، وتجربة المهارات الجديدة التى تعلمتها وتطبيقها على وجوه آخرين ثم تقرأ تفسيراتى بعد ذلك.



دائمًا ما أقول لمن يتعاملون معى إننى من أكثر الناس شكًا؛ فعلى الرغم من أننى أعمل فى مجال ينظر إليه الكثير على أنه "لاعقلانى" فإننى أفكر تفكيرًا استدلاليًا علميًا، ولا أقتنع بشىء إلا بعد أن أتأكد من جدواه بنفسى، وقبل أن أقتنع بجدوى الأساليب التى أعمل بها الآن فقد قضيت زمنًا كبيرًا فى دراستها دراسة متأنية، وطبقتها بصورة عملية لكى أتأكد من جدواها.

والواقع أن عملائى وتلاميذى يثبتون لى باستمرار أن فن قراءة الوجه شىء مفيد. إن عبارات التأكيد على ما أقوله التى أسمعها فى الجلسات والاستشارات، والرسائل الإلكترونية الرائعة التى تصلنى وتحمل قصصًا تؤكد صدق فن قراءة الوجه وجدارته هى ما يزيد من حبى لعملى. إنها هى ما أقنعنى أن حكمة الوجه قد تغير طريقة حياة المرء للأبد. ولذلك؛ أدعوكم لنبدأ معًا فى تحرير الملاك المعتقل بداخلنا.





الجزء ١

المرآة

" إن كل جزء فى
وجه الإنسان يحمل
سمات أجداده ويعبر عن
تاريخه وآماله" .

— "رالف والدو إيمرسون"



الانعكاس



كم وجهًا جذب انتباهك على مدار حياتك؟ إن كل شخص تراه متفردًا، وينتمى إلى طائفة من فرد واحد فقط هو نفسه. ويظن أغلب البشر أن أشكالهم هى مجرد مزيج من السمات التى انتقلت إليهم بالوراثة عن طريق خليط من جينات الأبوين والأجداد، بالإضافة إلى التجاعيد التى يسببها التقدم فى السن، وقد لا تستطيع أن تتخيل أن كل وجه يحمل حقائق غامضة عن شخصية صاحبه وثمة سبب لذلك.

لو استطعت – من خلال رؤية وجه أحدهم – أن تعرفه وتعرف ما بداخله ونمط حياته؛ فبم ستفكر، وتشعر، وكيف ستتصرف تجاهه؟ وماذا لو استطعت أن ترى على وجهك فرحة يوم زواجك، والدروس التى استفدتها من عمل شاق قمت به، ومدى سعادتك عندما ولد ابنك؟ والأهم من هذا: ماذا سيكون رد فعلك إذا علمت أن الانعكاس على مرآة وجهك يحمل الكثير من الأسرار التى تساعدك على اكتشاف حقيقتك الداخلية والتعبير عنها تعبيرًا مباشرًا؟

يعتقد الكثيرون أن قراءة الوجه نوع من الخداع، وحتى لو كان صدقًا فيمكن التغلب عليه عن طريق عملية تجميل، وأنه وسيلة لتصنيف الناس أو الاحتيال عليهم. والواقع أن قراءة الوجه تقوم على نفس الأساس الذى يقوم عليه العلاج بالإبر الصينية والطب الصينى القديم. وتعود المراجع التى تشرح هذا الفن إلى

نصوص عثر عليها ويرجع تاريخها إلى ستمائة عام قبل الميلاد، ويقال إن أصولها ترجع إلى فترة الإمبراطور الأصفر بين عامى ٢٦٩٧، و ٢٥٩٧ قبل الميلاد. وكان رهبان الطاوية ومعلموها أول من قرأ لغة الوجه وكانوا رجالًا علماء يقال إنهم كانوا يمارسون مهام متعددة كالكهانة، والعلاج، وتقديم النصائح.

لقد تطور فن قراءة الوجه أساسًا بالتوافق مع الاعتقاد بأن كل عضو فى الجسم يمثل الجسم بالكامل. ومثل أداة التصوير ثلاثية الأبعاد، فإن الوجه كان يعتبر فى الماضى تعبيرًا كاملًا وتامًا لكل ما يجرى داخل الجسم، وكان الاعتقاد أن الحالة الصحية لكل عضو رئيسى فى الجسم تنعكس على الوجه فى ملمح خاص. ولم يكن مسموحًا للأطباء فى الصين القديمة أن يلمسوا النساء ليشخصوا أمراضهن؛ لذلك أصبحت قراءة الوجه أسلوبًا تشخيصيًا مهمًا.

واكتشف هؤلاء الأطباء الأوائل أيضًا شيئًا لم يقبل العالم الغربى استخدامه إلا فى العقود القليلة الماضية؛ فقد اكتشفوا أن العقل والجسم فى حالة من التفاعل الدائم. وقد اكتشف الصينيون مبكرًا أن الانفعالات عامل أساسى مكمل للحالة الصحية للإنسان، وأنه لا يمكن الفصل ما بين الجانبين العقلى والجسمى؛ وبذلك فإن قراءة تعبيرات الوجه لمعرفة الحالة الصحية للجسم يمكن أن تكشف أيضًا خصائص وطبيعة الحالة الانفعالية الداخلية.

وهكذا، فإن قراءة الوجه بالطريقة الصينية لا تقتصر أهميتها على إمكانية استخدامها لتقييم الحالة الصحية، بل تتعدى ذلك لتبين أنماط الانفعالات التى يشعر بها المرء، وتوضح مواضع قوته وضعفه، والتحديات التى تواجهه، بل والأشخاص الذين ينجذب إليهم والعمل الذى يناسبه. والأهم من ذلك كله أن قراءة الوجه تجيبك عن أهم سؤالين فى حياتك: *من أنت على حقيقتك؟ وما هى رسالتك فى الحياة؟* وهذا هو الهدف الأساسى من عملى.

لقد بدأت رحلتى فى هذا المجال كما سبق أن ذكرت منذ ما يقرب من ثلاثين عامًا عندما تزوجت فى أسرة أمريكية من أصول صينية. وكانت والدة زوجى امرأة تقليدية للغاية وساعدتنى أنا وزوجى على البحث عن أول منزل نعيش فيه، ولكن كان لديها بعض القواعد الغريبة ليس فقط بشأن ما نشتريه من أثاث، بل بشأن ما ينبغى أن ننظر إليه أصلًا من أثاث. طلبت منا ألا نسكن فى بيت فى نهاية شارع مسدود، ورفضت بشدة أن نفكر – أصلًا – فى السكن بالقرب من

المقابر، وعندما عثرنا فى النهاية على منزل نال رضاها سبقتنا إلى هناك قبل أن نذهب إليه بيومين كاملين لتنظفه بحماس، ليس لحبها الشديد للنظافة بل لإزالة الطاقة التى خلفها السكان السابقون للمنزل وراءهم.

ولقد شعر باقى أفراد أسرة زوجى بالحرج نتيجة هذه التصرفات الغريبة، وأصروا على أن حماتى تؤمن بالخرافات. أما هى فقد كانت تعتقد بشدة فى أشياء غريبة بدت على أنها نوع من الخرافات الصينية. وكان هذا قبل ظهور الـ "فنج شوى" feng shui – وهو العلم الصينى القديم الذى يبحث فى أثر البيئة المحيطة بالإنسان عليه، والذى حظى بشعبية كبيرة فى الغرب فى الآونة الأخيرة. ومع ذلك فقد أثارتنى بعض الأشياء التى قالتها؛ وبذلك كانت أول مدرسى الفنج شوى الذين تعلمت على أيديهم؛ حيث تعلمت منها مبادئ التوازن التى تؤثر على شئون حياتنا.

وعلمتنى حماتى أيضًا قراءة الوجه عن طريق ملاحظة بوادر "حسن الطالع"، و "سوء الطالع"؛ حيث إن أنف امرأة معينة – مثلًا – يبين أنه ليس من الحكمة إقامة علاقة عمل معها، وفم رجل معين يبين أنه سيكون زوجًا موفقًا، وهكذا يكون من حظ المرأة أن تتزوجه. والحقيقة أننى لم أعرف مدى شعورها بخيبة الأمل تجاه مظهرى كزوجة لابنها إلا بعد سنوات؛ حيث إن مظهرى لم يكن يبشر بأى ثراء فى المستقبل، أى إن وجهى ليس عليه "أكياس المال" التى تبشر بأننى سأكون زوجة تجلب الخير! فى ذلك الوقت كانت هذه المعتقدات تبدو لى أحكامًا مجحفة لا تستند إلى أية قواعد، ولم أكن أرى فى تلك الآراء المنطق الحدسى الذى كنت أراه لديها فيما تقرره بشأن العقارات والمنزل؛ لذلك تجاهلته واعتبرته جزءًا من التراث الشعبى الصينى.

وعندما زادت المعرفة بالفنج شوى بدأت فى تدريسه وتقديم الاستشارات فيه فى جميع أنحاء العالم، وهو ما أعادنى إلى الفن الصينى لقراءة الوجه. وكثيرًا ما حدث فى جلسات الفنج شوى التى أعقدها وتستغرق ساعتين فقط أن كان عملائى يتوقعون منى أن أغير لهم حياتهم! دائمًا ما كنت أجرى مناقشات عميقة مع عملائى قبل أن أقرأ وجوههم لأعرف التحديات التى تواجههم، واحتياجاتهم الآنية، ومع ذلك فغالبًا ما كان يحدث أن ما كانوا يخبروننى به فى المناقشات

الأولية لم تكن أشياء ذات قيمة؛ حيث كانوا لا يبوحون بالأشياء المهمة إلا فى نهاية وقت جلستى معهم إن باحوا بها أساسًا؛ لذلك كنت أبحث عن طريقة تساعدنى على قراءة ما بين السطور لما يقولون إنها مشاكلهم حتى أستطيع أن أفهم ما يحدث فى حياتهم وأحدد أفضل طرق مساعدتهم.

ومن هنا عدت مرة أخرى إلى قراءة الوجه وبدأت فى استكشاف كيف أن خرافة "حسن الطالع/سوء الطالع" تخفى وراءها حكمة رائعة، فاتضح أن هذا هو ما أحتاج إليه لأنجح فى عملى مع الناس ليس فى الفنج شوى فحسب، بل فى كل ما أصبح أداة مستقلة للتغيير الكامل.

فى البداية لم أكن أوضح لعملائى ما أوضحته لى وجوههم، بل كنت أكتفى باستخدام هذه المعلومات لأحدد كيف أستطيع تحقيق أقصى استفادة لهم من جلسة الفنج شوى مما أدى بالطبع لنتائج باهرة؛ حيث كانت تحدث تغيرات مذهلة لعملائى.

ومع ذلك، فلم أستطع الكتمان لفترة طويلة؛ حيث بدأت أحكى لعملائى تعبيرات وجوههم، وتحول ما كان فى البداية جلسة لا تتجاوز نصف ساعة من النقاش على الأريكة إلى ساعتين من العمل التحويلى حتى إن أكثر من عميل قال لى: "لا أخفيك أننى أشعر بأننى قد انغمرت بالكامل فى الفنج شوى حتى لم أعد أبالى بشئون بيتى".

كان ثمة شىء رائع يحدث، فعندما كنت أجلس مع العميل فى جلسة الاستشارة كان يتضح لى الجوهر الحقيقى الجميل له، وكان يرى ذاته على حقيقتها وليس على ضوء الأحكام التى اعتاد أن يصدرها الآخرون عليه، بل يرى ذاته الطبيعية الحقيقية، وكان من المثير والرائع لكلينا أن يرى العميل كيف أن حكمة قراءة وجهه قد سمحت له بأن يحيا متوافقًا مع ذاته الحقيقية، وعندما يعرف العميل ذاته الحقيقية؛ فإنه يستطيع اكتشاف رسالته الحقيقية فى الحياة، وكل هذا اعتمادًا على الخصائص التى يخبرنا بها وجهه.

كيف نكتشف أنفسنا؟

كانت إحدى الومضات الأولى التى واتانى فيها هذا الإلهام ممتعة ومثيرة؛ فقد طلبت منى امرأة كانت تعمل محاسبة أن أقوم بعمل فنج شوى لشقتها. وكانت

هذه المرأة تعمل بهذه الوظيفة منذ عشر سنوات، ولكن رغبتها الحقيقية كانت أن تعمل فى إطفاء الحرائق. وتلقت تدريبًا مكثفًا على هذا العمل، وعلى مدار سبعة أعوام كانت تخضع سنويًا لاختبارات القوة البدنية لتعمل بالعمل الذى تحبه ولكنها فشلت فشلًا مؤسفًا. وأخيرًا ظنت أنه ربما كان هناك شىء فى طاقة بيئة منزلها تمنعها من تحقيق حلمها، وأن عمل فنج شوى للمنزل هو السبيل لنجاحها فى اختبار العمل بالإطفاء.

وكان أول ما لفت انتباهى عند عبورى البوابة الأمامية لمنزلها تقويمًا سنويًا لامعًا معلقًا على الحائط وعليه صورة رجل إطفاء عارى الصدر وفى وضع مثير، وفى أرجاء المكان كان هناك صور لمعدات الحريق وصور لعاملين بالإطفاء فى كامل ملابسهم – لقد كانت مركزة على هدفها بالتأكيد! وكانت إلى جانب سريرها صورة لرجل إطفاء لتكون أول شىء تفتح عينيها عليه عندما تستيقظ من نومها صباحًا.

وعندما جلست معها وبدأت فى دراسة وجهها خفق قلبى بشدة؛ لأننى لم أجد عليه أى شىء يوحى بأنها تصلح للعمل بإطفاء الحرائق، بل رأيت تعبيرًا عن الحب والعلاقات، وبدلًا من أن أرى على وجهها شخصًا مناسبًا لمكافحة ألسنة اللهب رأيت أنها بحاجة إلى زواج قوى وحياة أسرية.

لذلك حاولت بكل حرص أن أبين أن الفنج شوى لن يفيدها فى تحقيق هدفها وحاولت قدر استطاعتى أن أصف لها ما يخبرنى به وجهها راجية ألا يصيبها هذا بالإحباط؛ فنظرت إلىَّ لبعض الوقت نظرة خالية من أى معنى ثم أشرق وجهها فجأة ولوحت بيدها قائلة: "أعتقد أننى فهمت الآن. إننى لا أريد أن *أعمل* بإطفاء الحرائق، بل أريد أن *أتزوج* أحد العاملين بالإطفاء". وبعد ذلك تعرفت على أحد رجال إطفاء الحرائق وهى الآن متزوجة منه ولا تزال حتى اليوم تعمل محاسبة. لم تكن هذه الفتاة مخطئة؛ فقد كانت بالفعل فى حاجة إلى طاقة العاملين بالمطافئ فى حياتها، وكل ما هنالك أنها أساءت تفسير هذه الرسالة، ولم تكن تعرف كيف ينبغى أن تظهر قوة العاملين بالمطافئ فى حياتها.

إذا كنت – عزيزى القارئ – مثل الكثيرين منا؛ فلقد أمضيت سنوات من عمرك محاولًا أن تشعر بالتوازن الداخلى وتحدد بالضبط ما ينبغى أن تفعله فى الحياة. ينبغى أن يكون أهم أهداف حياتك أن تتواصل مع طاقة ذاتك الحقيقية

وأن تكتشف كيفية توظيفها فى هذا العالم. إن لوجودك فى هذا العالم مغزى وهناك أيضًا طريق محدد عليك أن تسير فيه حتى تؤدى مهمتك فى هذا العالم، ومع ذلك فإن الكثيرين منا يشعرون بعدم وضوح الرؤية بشأن كل ذلك. إننا نشعر بعدم التواصل مع ذواتنا الحقيقية ولا نعرف يقينًا سبب ذلك.

إننا فى الغالب نسير هائمين فى حيواتنا ملقين باللائمة على أنفسنا بسبب ما نحن عليه وما نحن فيه، ونعتقد أننا نرتكب خطأ، وأننا لو استطعنا إصلاح ذلك الخطأ فسنصبح على ما يرام، ومع ذلك فإن هذا أشبه بلومنا لأنفسنا على أشياء لا يد لنا فيها مثل قصر قاماتنا، أو تجعد شعرنا؛ فالوضع متماثل لأن هذه هى ذواتنا الحقيقية.. خريطتنا الداخلية.. مجموعة البرامج التى تشغل أنظمتنا.

يولد كل إنسان مزودًا بمجموعة فريدة من القوى والتحديات أو ميوله المتفردة التى تجعله يفكر، ويشعر، ويتصرف بطريقة معينة. وثمة ترابط أساسى للطاقة الفطرية لدى كل فرد.. ترابط ذو مغزى ومعنى، ومع ذلك فقد تعلمنا على مدار أغلب حيواتنا أن نحاول التوافق مع نمط شخصية غير شخصيتنا الحقيقية! لقد نشأنا محصورين فى أحكام تصدرها علينا عائلاتنا، وتوقعات منهم لنا بشأن ذواتنا، وما يريدوننا أن نكونه. لقد تأثرنا كثيرًا بالرسائل التى تفرضها علينا باستمرار الثقافة التى نعيش فى ظلها، وبخبراتنا الحياتية الأولى فى المدرسة والمجتمع ككل، ومع الوقت بلغنا الرشد، ولكن لا تزال ذواتنا الحقيقية تائهة فى أغلب الأحوال تحت وطأة تأثير الآخرين. لقد تشربنا كل ما قدمه لنا الآخرون من معلومات، ولم نعد نشعر بالتوازن الداخلى.. لقد أصبحت أحكام الآخرين علينا فى النهاية هى أحكامنا على أنفسنا، ولم تعد ذواتنا الحقيقية تتجاوز همسًا خفيضًا يتردد وسط نشاز الأصوات التى تملأ رءوسنا.

تعود الكثير من الضغوط التى تعانى منها والقيود التى تحد من إبداعك إلى مدى ابتعادك عن ذاتك الحقيقية، والسبيل الوحيد للتحرر من هذه الضغوط هو تعرفك على الذات الكامنة تحت كل تلك الطبقات من التأثيرات ومعرفتك المبرر لأن تلك الذات رائعة على ما هى عليه. وعندما تتحرر من هذه الضغوط.. عندما تكف عن لوم نفسك على كونها على ما هى عليه، فستطلق عقال طاقة هائلة تدفعك للتقدم فى الحياة. عندما تستطيع أن تقبل ذاتك الحقيقية، فستتحرر من اعتراض ذاتك غير الحقيقية طريق تقدمك، وتكون ذاتك الحقيقية - بإرادتك.

ذات مرة زارنى عميل رأيت فى وجهه أن سعادته تتمثل فى الشهرة خاصة أنه كان مركز شبكة علاقات قوية وواسعة. وكان واضحًا أن لديه قدرات رائعة تؤهله ليكون مدرسًا رائعًا، أو مسئولًا، أو حتى ممثلًا. ومع ذلك فقد نشأ هذا الرجل فى أسرة تنظر إلى أى فرد شهير على أنه أنانى ومغرور، وكانوا ينتقدونه بسبب شخصيته الكاريزمية وتمركزه حول ذاته، ورغبته فى جذب انتباه من حوله. وقد انتهى به الحال إلى أن قرر العمل ممارس رعاية صحية يعمل بتواضع من وراء الستار مع العملاء.

وعلى الرغم من إجادته فى هذا العمل، فلم يكن يشعر بالرضا، وأصابه الإحباط وأصبح شديد القابلية للمرض يستسلم لأية عدوى تصيبه. أنت أيضًا إذا كبت شخصيتك الحقيقية فستشعر بالتعاسة مع الوقت، وسيؤدى هذا النوع من كبتك لطاقتك على المدى البعيد إلى إصابة حياتك باختلال.

عندما بدأت العمل مع هذا العميل، شعرت وكأنه قد بدأ يتحرر تدريجيًا من الأعباء على كاهله بعد أن أوضحت له روحه الداخلية كما أراها. وكان شعوره بالراحة واضحًا عندما رأى نفسه من منظور جديد أكثر إيجابية.. منظور يقبل كل الإمكانات المتاحة ليحيا وفقًا لذاته الحقيقية. وكانت نتيجة ذلك أن أصبح الآن مُعلمًا نشطًا فى مجاله يلقى المحاضرات فى مؤتمرات على المستوى القومى، ويقود المؤسسات المهنية بأسلوب يستطيع من خلاله الاستفادة المثلى من كل مواهبه.

والطريقة الصينية لقراءة الوجه تساعدك على معرفة ذاتك الحقيقية كما حدث مع هذا الرجل، وتساعدك على التوصل لفهم حنون لذاتك. إنها تحررك من أن تعيش حياتك بأسلوب رد الفعل أو الشعور بمسئوليتك عما يعتقده الآخرون، وتوصلك بوعى رحب جديد إلى الهدف من وجودك فى الحياة انطلاقًا من توافقك مع ذاتك الحقيقية.

فهم الآخرين

ذات مرة جاءتنى سيدة ومعها صورة لخطيبها، وعلى الرغم من انسجامها معه بدرجة كبيرة، إلا أنه قد استرعى انتباهها بعض الأشياء دعتها للتوقف قليلًا لمراجعة علاقتها به. وقالت لى إن من تلك الأشياء أنه يميل للتبعية ولا يراعى

خصوصياتها، أو "يريدها أن تحمله على رجليها!" على حد تعبيرها. وكانت كلما أرادت أن تنفرد بنفسها قليلًا يصر هو على أنه يحبها حبًا جمًا ولا يستطيع أن يعود لمنزله، وأنه سيكون سعيدًا إذا سمحت له بأن يجلس معها دون أن يزعجها، وكانت هذه التصرفات تضجرها؛ لأنها من النوع الذى يحب أن تكون له خصوصياته، وكانت تشعر بالقلق من أن تكون هذه التصرفات بوادر لتصرفات مستقبلية تتمثل فى تعلقه البالغ بها لدرجة قد يصبح معها كثير المطالب أو مقيدًا لحريتها.

وعندما نظرت لصورة هذا الشخص، أدركت من خلال الربط بين شكل عينيه، وخديه، وفمه أنه شخص ودود يحب العلاقات ويمنح عاطفته لشريكه بسخاء، بل الحق أن الوحدة بالنسبة له أمر يتعارض مع شعوره بالسعادة؛ لذلك لا يستطيع تفهم رغبتها فى الوحدة.

لم تكن المشكلة عدم قدرتهما على إقامة علاقة ناجحة بينهما بقدر ما كانت ضعف الوعى؛ لذلك فقد شعرت هذه السيدة بالراحة عندما علمت أن المسألة ليست مسألة تحكم وسيطرة من جانب خطيبها. وعندما أدركت أن تصرفاته تنبع من رغبته الطبيعية فى التقارب استطاعت التوصل لطرق جديدة فى التواصل. ولأننى ناقشت معها أيضًا ما يظهره وجهها فى أثناء إسهامها فى الموقف؛ فقد أدركت مدى حسن حظها لارتباطها بشخص ذى طبيعة متزنة حانية.

لذلك؛ عندما تستطيع أن تكف عن لوم نفسك لكونها على ما هى عليه، فسيحدث شىء مذهل؛ حيث ستكف أيضًا عن لوم الآخرين وشخصياتهم على ما هى عليه، وسيؤثر هذا على علاقاتك تأثيرًا هائلًا. عندما تعرف المرأة من خلال قراءة حاجبى زوجها أنه يريد فعلًا الخروج للعب كرة السلة مرتين أسبوعيًا، فسيكون هذا نقطة تحول فى علاقتها به. وعندما تدرك – من خلال النظر إلى فم أحد عملائك – أنه ينبغى أن تطلب منه رؤية صور لأفراد عائلته قبل مناقشة العمل، فقد يكون هذا سببًا فى التآلف الفورى والتواصل الناجح. وعندما تعرف من خلال رؤيتك لخديك أن الصورة المعلقة على الحائط فى وضع معوج تثير ضيقك حتى تضبطها، فستستطيع البدء فى وضع منظور جديد لحياتك.

وجهك مرآة لما بداخلك؛ فهو يكشف جوهر طبيعتك الحقيقية، وما تحتاج إليه لتشعر بالتوازن، ويبين لك مهاراتك، وقدراتك، ومواهبك الخاصة، كما يبين نقاط ضعفك وخصائصك. وتعلمك لكيفية قراءة هذه المعلومات تمكنك من أن

تحيا حياتك فى توافق تام مع طبيعتك، وأن تجد الطريق إلى السعادة، وأن تبحث عن العلاقات التى تدعمك، والأهم من هذا كله أنها تمكنك من أن تحيا محبًا لذاتك وللآخرين.

من أنت؟ وما هى رسالتك فى الحياة؟ ستكتشف عما قريب فى هذا الكتاب أن لديك بالفعل كل ما ينبغى أن تكتشفه وتجده لديك.

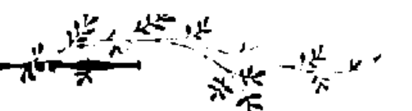
دعم ما يظهر

فى أثناء عملى فى الفنج شوى أسعدنى الحظ أن أدرس مع أحد الممارسين من الجيل الثانى لهذا الفن، وكان أيضًا أستاذًا شهيرًا فى الـ "كى جونج" qi gong وكان يسافر للصين عدة مرات سنويًا ليلقى المحاضرات؛ علاوة على قيامه بالتدريس فى الولايات المتحدة. وكانت عائلة هذا الأستاذ الطاوية الديانة قد أجبرت على النزوح من الصين إلى تايوان فى أثناء الحرب الأهلية فى عام ١٩٤٩. وكان أحيانًا ما يروى حكايات عن أعمامه أساتذة الطاوية والخوارق التى كانت تحدث على أيديهم.

ولأنه لم يكن يستطيع قيادة السيارات وبحاجة لمن يوصله إلى حيث يقدم استشارات الفنج شوى؛ كان يسعدنى التطوع لأقوم بدور سائقه، فليس فرصة للتعلم أفضل من مصاحبة خبير وملاحظة ما يفعله واقعيًا. كنت معجبة بعبقريته فى تبسيط الفنج شوى إلى جوهره وتقديم نصائح بسيطة للغاية لكنها تتوافق بدقة مع حاجات عملائه. كان هذا المعلم يجد دائمًا أشياء قلائل لكنها كاملة تساعد الإنسان على استعادة توازنه مثل أستاذ العلاج بالوخز بالإبر الصينية الذى يعرف بدقة الإبرة المناسبة التى ينبغى استعمالها.

فى كل مرة أبدأ فيها العمل أتذكر شيئًا قاله لى وهو: "لاحظى الأشياء التى تظهر بصورة تلقائية"، وكان يرى عدم ضرورة محاولة اكتشاف طريقة لـ "معالجة" شىء، أو تحليله تحليلًا لانهائيًا لمعرفة ما يجب عمله، بل علينا أن نلاحظ دائمًا ما يحاول أن يظهر دائمًا فى أى موقف، وأن ندعم ما يظهر بالفعل، وألا نحاول فرض أى شىء غير معتاد ولا يتوافق مع التدفق الطبيعى للطاقة.

وقد استفدت كثيرًا من هذه النصيحة فى عملى بقراءة الوجه؛ فأنا أؤمن بأننا جميعًا نحاول دائمًا أن نظهر ما لدينا من طاقة خاصة – تمثل ذواتنا – بصورة



طبيعية، ومع ذلك فإننا نتعلم فى بداية حياتنا أنه من الضرورى أن نكبت هذه الطاقة، وأن نجعلها تتوافق مع ما يراه الآخرون مناسبًا رغم أن الصواب هنا هو أن ندعم تلك الطاقة ونسمح لها بأن تصل إلى أقصى ما تستطيع الوصول إليه. وهذا هو أفضل ما فى قراءة الوجه؛ لأنه يمكننا من رؤية حقيقة ذواتنا والتعرف عليها، ويوضح لنا ما نحتاج إليه، وكيف نحب الآخرين، وكيف نجعلهم يحبوننا.



ترجمة الحكمة



ملامح الوجه نتاج للعوامل الوراثية، والبيئة، وخبرات الحياة، وهذه الملامح تبين لنا شخصياتنا، وماضينا، ومصيرنا. . إنها تكشف القدرات المتفردة لكل إنسان وما يحتاج إليه ليشعر بالسعادة. والمعلومات التى تحملها ملامح الوجه مصدر رائع لمساعدة المرء على التخطيط لحياته المستقبلية بشكل منظم وهادف.. كل ما عليك هو النظر فى المرآة!!

الحقيقة أنك لست بحاجة لمعرفة فنية متخصصة لتحصل على معلومات من خلال النظر لوجه أحدهم؛ فنحن بالفعل نقرأ ما نقابله من وجوه ونتفاعل معها طول الوقت دون وعى. يحتوى النص الخلفى من المخ على ما يقرب من مائة مليار خلية عصبية، ومعظم تلك الخلايا مخصصة للرؤية؛ ونسبة مئوية كبيرة من الخلايا المخصصة للرؤية مخصصة للتعرف على الوجوه.

توضح الأبحاث مدى أهمية الوجه للبشر؛ فوفقًا لدراسة نشرت فى مجلة *Pediatrics* المتخصصة فى طب الأطفال اتضح أن المواليد الذين لم يمض على ميلادهم إلا تسع دقائق فقط يفضلون أن ينظروا إلى صور الوجوه أكثر من أى شىء آخر، والمثير أن نفس الدراسة قد أكدت أن المولود الذى انقضى على ولادته اثنتا عشرة ساعة يفضل النظر إلى صورة وجه أمه أكثر من النظر إلى صورة وجه أية سيدة أخرى. بل إننى سمعت عن برامج حاسوبية كلمة السر فيها وجه معين

وليس من مجموعة الأحرف أو الكلمات؛ فقد اكتشف أن الناس غالبًا ما ينسون كلمات السر المعتادة لكنهم لا يستطيعون نسيان وجوه البشر.

وفى دراسة صدرت مؤخرًا ثبت أن النساء يستطعن تحديد الرجال الذين يحبون الأطفال ومن لا يحبونهم بمجرد النظر إلى وجوههم؛ حيث عرض عدد من الصور لرجال على النساء موضوع الدراسة، وطُلب منهن أن يحددن الرجال الذين يعتقدن أنهم يحبون الأطفال. وبلغت نسبة الدقة فى آراء هؤلاء النساء إلى ٧٠٪ فيما يتعلق بالرجال الذين يحبون الأطفال، وهؤلاء الذين أوضحت صورهم عدم حبهم للأطفال.

والأكثر من ذلك أن الناس تتغير استجاباتهم لوجوه الشخص بحسب درجة سعة وجهه أو ضيقه؛ حيث تظهر الدراسات النفسية أن ذوى الوجوه العريضة يعتبرون أكثر أهلية للثقة وذوى مودة. والسبب فى ذلك أن الناس يشعرون كلما زاد ما يرونه من وجه من يتعاملون معه بأنه أكثر صراحة ولا يخفى شيئًا.

ويمكن أيضًا أن نقرأ معلومات مهمة فى التعبيرات السريعة للوجه، وقد كان هذا جزءًا مكملًا من تجربة الدكتور "جون جوتمان" فى جامعة واشنطن، والتى أحدث بها ثورة فى فهم العلاقات الحميمة؛ فقد اكتشف وطور من خلال البحث الذى أجراه نظامًا يساعد على التنبؤ الدقيق ما إذا كان الزواج سينتهى بالطلاق أم لا.

وفى بدايات دراساته قام دكتور "جودتمان" بتصوير المناقشات التى تدور بين الزوجين لكنه لم يكن يسجل صوتيهما؛ حيث كان يستهدف فقط ملاحظة تعبيرات وجهيهما فى أثناء تحدثهما معًا. واكتشف أن نظرات الازدراء والاشمئزاز المتكررة مؤشر كبير على حدوث الطلاق. هناك الكثير من المعلومات التى يمكن قراءتها بمجرد متابعة الانفعالات العابرة على وجه أحدهم فى لحظة معينة. والمثير فى الأمر والممتع أنه اكتشف أيضًا أن نفس هذه التعبيرات مؤشرات على ارتفاع معدل الأمراض المعدية بين الخاضعين للاختبار وعلى احتمال الإصابة بأمراض طويلة الأمد.

وهناك دراسة امتدت لمدة أربعين سنة أظهرت أن شكل ابتسامة الطلبة فى صور تخرجهم فى الجامعة تتنبأ بقدر سعادتهم فيما تبقى من حياتهم؛ حيث كان الخاضعون لتلك الدراسة يُجرى معهم لقاءات على فترات منتظمة عبر السنوات؛ فاكتُشف أن قوة ابتسامتهم وهم فى الحادية والعشرين من أعمارهم تتنبأ

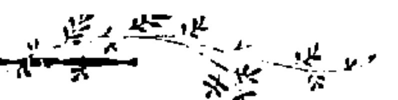
بخبرات حياتهم المستقبلية. والابتسامة غير المتكلفة لهؤلاء كانت تحدث عندما تظهر عضلتان (وهما العضلة الرئيسية للوجنة الموجودة حول الفم، والعضلة الدائرية المحيطة بالعين)، وقد أكد أصحاب هذه الابتسامة أنهم يحيون حياة سعيدة بالفعل. ليس من شك فى أن حياتهم لم تكن تسير على ما يرام طوال الوقت فربما مروا بتجربة طلاق، أو أصابهم مرض، أو فقدوا عملًا، أو غير ذلك من السلبيات التى تحدث لنا جميعًا، ومع ذلك فيبدو أن توجههم فى الحياة هو الذى حدد طريقة حكمهم على الخبرات التى مروا بها.

أما من لم يكونوا يبتسمون فى صور تخرجهم، أو من أظهروا ابتسامات متكلفة دون تحريك العضلتين المشار إليهما؛ فقد قال هؤلاء إن حياتهم – فى مجملها – ليست سعيدة. ربما عانى هؤلاء نفس ما عاناه غيرهم من أوقات عصيبة، إلا أن الأمارات البسيطة التى بدت على وجوههم فى سن الحادية والعشرين بينت مدى استعدادهم المسبق للتوجه السلبى.

إن وجهك يحمل عدة دلالات على طبيعتك من الداخل؛ فهو بمثابة خريطة لطبيعتك الداخلية – مواضع قوتك، والتحديات التى تواجهك، وأنماطك الانفعالية والسلوكية التى تحدد الخبرات التى ستتعرض لها فى الحياة. ربما سمعت مقولة: "إذا واصلت فعل ما تفعله دائمًا، فستحصل دائمًا على نفس النتائج". وإذا أدركت مدى استنادك إلى ماضيك فى بناء مستقبلك، فسيكون بمقدورك أن تغير من نفسك من الآن فصاعدًا. وهذه ميزة أخرى من مزايا قراءة الوجوه.

إصدار الأحكام

عندما يسمع الناس أننى أُعلّم قراءة الوجوه فإنهم يصيحون بتعجب: "إننا نقرأ الوجوه بالفعل طوال الوقت". وكما سبق أن رأينا؛ فإننا نقوم تلقائيًا بقراءة وجوه المحيطين بنا ونصدر ردود أفعال تجاهها. ومع ذلك، فإنه عندما "يقرأ" معظم الناس وجوه الآخرين، فإنهم لا يدركون فعلًا ما يقرءونه؛ حيث إن كل ما يدركونه لا يتجاوز مزيجًا من الحدس وإصدار الأحكام معًا. من الطرق التى يستخدمها الإنسان فى رد فعله أن يصدر رد فعله من خلال الذاكرة اللاواعية المستندة إلى خبراته السابقة مما يؤدى به إلى إصدار الحكم؛ فأحيانًا ما تُذكرنا عينا أحدهم أو تركيبة وجهه تذكيرًا لا نكاد نلحظه بشخص كان لنا معه خبرة



سلبية أو إيجابية؛ مما يجعل رد فعلنا اللاواعى تجاهه غير مفيد ولا معنى له فى الموقف الجديد. فى إحدى ورش العمل التى أقمتها تذكرت إحدى الحاضرات أنها اختارت مدرب الكاراتيه لابنها لأنه كان يشبه عمها الذى كانت تحبه، لكن ابنها اكتشف أن شخصية المدرب تسبب له النفور والإحباط. حينئذ أدركت المرأة أن تاريخها الشخصى قد أعاق قدرتها على قبول أن ذلك المدرب ليس مناسبًا لابنها.

وهناك طريقة أخرى لتأثير أحكامنا اللاواعية على ردود أفعالنا تجاه الآخرين، وهى أننا جميعًا نقوم بقراءة سلوك بعضنا البعض فى أثناء تفاعلنا معًا سواء شعرنا بهذا أم لا؛ فإذا كانت سلوكيات من نتعامل معه تتوافق مع سلوكياتنا، فسنشعر بالألفة معه. أما إذا كان سلوكه مختلفًا عنه لدينا، فالمتوقع ألا يوجد بيننا ألفة، بل ربما شعرنا بالكراهية تجاهه أو النفور منه، ومع ذلك فربما لم تكن استنتاجاتنا تلك صادقة. إن إدراكنا لسبب استجابتنا بطريقة معينة تجاه شخص معين يمكننا من اتخاذ قرارات أكثر حكمة بدلًا من حصر أنفسنا فى ردود الأفعال، وقراءة الوجه تساعدنا على فهم تلك الطاقة فهمًا واعيًا.

أدركت إحدى حضور إحدى ورش العمل معى أن هذا هو ما حدث لها مع مُدرسة ابنها فى الصف الثالث، حيث أوشكت أن تنقل ابنها من فصل هذه المدرسة؛ لأنها شعرت بأنها - أى المدرسة - عصبية جدًا ونزقة، وكان يبدو أنها تتصيد الأخطاء ولا تترك شيئًا يمر. وكانت الأم هادئة قلما تشعر بالتوتر، ومع ذلك كانت كلما تعاملت مع هذه المدرسة شعرت بالضغط والعصبية. وعلى الرغم من ذلك فقد أوضحت هذه المدرسة القصور فى قدرة الابن على التعلم بعد ثلاث سنوات أهدرها فى التعليم. وأدركت الأم أنه من خلال هذا الوعى الدقيق اكتشفت المشكلة؛ حيث نجا ابنها من التعرض لسنوات من الإحباط فى مراحل تعليمه المختلفة بفضل المدرسة التى كانت تضايقها.

وبعد حضورها عددًا من ورش العمل معى أخبرتنى الأم بأنها أصبحت تستطيع التفاهم مع مدرسة ابنها بأسلوب يقلل من رد الفعل الحاد ، وأدركت أيضًا كيف تتحدث معها: الكلمات التى ينبغى أن تستخدمها، بل وكيف تقف وعلى أية مسافة تقف منها حتى لا تشعر المدرسة نحوها بالعداء بسبب عدم التوافق بينهما. وقد أخبرتنى هذه الأم بأن الأمر بدا لها كما لو قد تعلمت - فجأة - لغة أجنبية.

استخدام الحدس

ونحن نستخدم الحدس أيضًا فى أثناء نظرنا إلى الناس، والحدس قد يكون مفيدًا جدًا.. إنه نوع من المعرفة الاستباقية، أو "الشعور بأنك تعرف قبل أن تعرف"، أو إيجاد الإجابات قبل – حتى – التفكير فى الأسئلة. وكانت الثقافة الغربية لا تلتفت للحدس، إلا أنه من حسن الحظ أن هذه النظرة قد تغيرت بمرور الوقت، وعلى الرغم من ذلك فإن معظمنا لا يستطيع استحضار الحدس وقت أن يريده.

ونادرًا ما كان من السهل بالنسبة للكثيرين من الناس ممن ينقصهم التدريب، أو الممارسة، أو الوعى أن يحددوا إن كانت ردود أفعالهم تستند إلى حكم (لاواعى) أو إلى معرفة حدسية صادقة. ومع ذلك فإنك عندما تكون متوازنًا مع ذاتك، فستدرك بسهولة متى تتطفل عليك تحيزاتك الشخصية، ومتى يتحرك موجهك الداخلى دون أن تواجهه عوائق.

ويمكنك استخدام قراءة الوجه للتحقق مما تقوله لك فطرتك. لقد تلقيت العديد من الرسائل الإلكترونية بخصوص هذا الموضوع بعد عقدى ورش العمل لقراءة الوجه لدرجة تأكد لى معها أن قراءة الوجه قد تفيد المرء فى تنمية وتدريب فطرته؛ حيث كتب لى أحد حضور ورش العمل التى عقدتها مؤخرًا – وكان يعمل مدربًا شخصيًا – قائلًا إنه كان يشعر بأنه ينطح صخرة فى أثناء تعامله مع شخص معين. وكان عميلى هذا قد نجح فى الحصول على وظيفة كان مسئولًا فيها عن التخطيط طويل الأمد لإحدى المؤسسات الكبرى، ووضع نظامًا رائعًا ليساعده على تنفيذ أهدافه فى منصبه الجديد، وحاول جاهدًا أن يساعد الشخص الذى يتعامل معه على أن ينجح فى إطار النظام الجديد، إلا أن عميله لم يستطع الالتزام بالخطة وازداد شعوره بعدم الراحة فى عمله.

وبعد أن حضر هذا المدرب الدورة التى عقدتها، أدرك أن شعورًا حدسيًا كان يلح عليه طوال الوقت ولكنه كان يتجاهله باستمرار، ويقول فى ذلك: "منذ اليوم الأول لى مع هذا الرجل شعرت أن العمل لن يكون مناسبًا له، ولكن بعد حضورى ورشة عمل قراءة الوجه اتضح لى من خلال نظرة واحدة لوجه العميل بيقين أن الاتجاه الذى يسير فيه ليس الاتجاه الصحيح بأى حال من الأحوال". لقد أوضح وجه هذا العميل أنه لن يستطيع النجاح فى أية مشروعات، وأن التخطيط طويل

الأمد لا يناسبه، بل يستطيع النجاح بالعمل فى المواقع التنافسية التى تتطلب مهام قصيرة الأمد، والقليلة المتطلبات والتى تسهم فى إيجاد الخطط الكبرى. وقد ساعدت هذه النظرة العميقة المدرب على تجديد نظرته للأمور ومكنته من البحث عن أساليب لمساعدة عميله على تحقيق النجاح والشعور بالرضا فى عمله.

وأرسلت لى متدربة أخرى رسالة إلكترونية أخبرتنى فيها بأنها مارست قراءة الوجه "بأثر رجعى" على حياتها العاطفية؛ حيث قالت: "كانت تراودنى لمحات حدسية ثم كنت أبحث فى وجهه عن برهان على صدقها. وقد نجحت معى هذه الطريقة حتى الآن ومن المؤكد أنها جنبتنى التعرض لصدمة عاطفية!".

إن تعلم ما يقوله وجهك وما تقوله وجوه الآخرين قد يكون خبرة رائعة جدًا تساعدك على فهم ما صدر منك من ردود أفعالك تجاه الآخرين فى الماضى. وهذا يمكنك أحيانًا من أن تتحقق من صحة حدسك، أو قد يوضح لك أنك كنت تبالغ فى الاعتماد على أحكامك الشخصية فى المواقف التى واجهتها. ولأن معرفة ما يقوله لك وجهك سيساعدك أيضًا على تحقيق التوازن، فستستطيع انطلاقًا من هنا أن تسير فى حياتك وذكاؤك الحدسى مستعد على الدوام.

"أربعة" لا تعنى إلا "أربعة"

فى أثناء عملى فى الفنج شوى أدركت سريعًا أن تطبيقه عندنا فى الغرب سيحتاج إلى ترجمته بما يناسب حياتنا حتى نتمكن من الاستفادة منه. لقد تطور هذا الفن فى الصين عبر آلاف السنين، ومعظم تعاليمه غير ذات معنى خارج السياق الحضارى الذى نشأت فيه. وحتى يمكن تطبيقه عندنا فى الغرب، فينبغى علينا معرفة المواضع التى تختلف عن ثقافتنا والتى يمكن ترجمتها وتفسيرها.

وأبسط مثال على ما نقوله هنا هو الرقم "أربعة"؛ حيث ينطق الصينيون الكلمة التى تدل عليه بنفس نطق الكلمة الدالة على *الموت*؛ لذلك فمن سوء الطالع فى الصين أن يوجد رقم أربعة فى حياة أحدهم، وليس هناك من يرغب فيه سواء فى رقم منزله، أو رخص قيادته، أو أرقام هواتفه. أما فى الغرب فإن الرقم أربعة لا يمثل شيئًا من ذلك؛ فهو رقم عادى ليس له أية صلة بسوء الحظ، بل إن كلمة "حظ" نفسها ليس لها أى مغزى فى أمريكا الشمالية ودول أوربا. ومع ذلك

فقد رأيت استشاريين فنج شوى غربيين ينصحون الناس باللجوء للحيل القانونية لتغيير أرقام منازلهم التى تشتمل على رقم "أربعة"!

يقترن اللون الأبيض فى العديد من الدول الآسيوية بالموت والحداد، ولكن فى الدول الغربية يربطون بين اللون الأبيض وبين النقاء والطهارة، والأكثر من ذلك أن ما يسمى توجهات الحظ فى الفنج شوى تختلف كثيرًا باختلاف البلد التى نشأت فيها. ومن أسباب اعتقاد الصينيين بأن جهة الجنوب يأتى منها الخير أنه إذا كانت واجهة بيت أحدهم باتجاه الجنوب فلن يتعرض للعواصف الرملية التى تهب من صحراء جوبى إذا كانت واجهة بيته تجاه الشمال! وتاريخيًا، كان لاتجاه الجنوب معنى إيجابى أيضًا؛ حيث دائمًا ما كانت الصين تتعرض للغزو من جهة الشمال؛ لذلك ارتبط التوجه جنوبيًا بالشعور القومى بالانتصار، وبالطبع فإن هذه الدلالات المرتبطة بالجنوب لا يشترط أن توجد فى كل بلاد العالم.

وهكذا، فعندما بدأت دراسة فن قراءة الوجوه أدركت بسرعة أن التأثيرات الحضارية يجب أن تؤخذ فى الاعتبار هى الأخرى؛ فالاتجاه التقليدى السائد فى الصين يغلب عليه إصدار الأحكام على الأشياء؛ فالشىء إما أن يكون تعبيرًا عن حسن الحظ أو سوء الحظ بالاستناد فى الغالب إلى معايير مالية أو مادية، فعلى سبيل المثال إذا كانت ملامح وجه أحدهم تشير إلى الحظ فإن هذا قد يكون بشيرًا لتحقيق نجاح فى العمل أو تحقيق مكاسب مالية.

والأكثر من ذلك أن نظرة الصينيين للأشياء التى تجلب الحظ تختلف اختلافًا كاملًا من عصر لآخر. لنأخذ ما يسمى "الخدان القويان للمرأة" مثلًا: كان الاعتقاد السائد فى الصين أنه من الشؤم أن يتزوج الرجل امرأة بهذا الملمح البارز: لأنها ستحاول أن تتحكم فى حياته! كان هذا هو أسلوب تفكير الصينيين قبل ثلاثة آلاف عام تقريبًا؛ فقد كانوا يعتبرون أنه من سوء حظ الرجل أن يتزوج امرأة بهذا الشكل، أو أن تكون المرأة ذات خدين يتبين منهما أنها تريد أن يكون لها دور. أما الآن، فهذه الصفة قد تعتبر شيئًا إيجابيًا وعلامة على القوة؛ لأنه إذا كانت لدى المرأة القدرة على التعبير عن رأيها فهذا يعنى أنها امرأة قوية. وفى زمننا المعاصر ينبغى على النساء فى معظم الوظائف التى يشغلنها أن يتمتعن بالقدرة على تحمل المسئولية فى كافة الشئون سواء فى المنزل أو العمل.

وكانت النظرة التقليدية للرجل ذى الفم الكبير أنه مقدر له أن يموت فقيرًا، وكان هذا الملمح دليلًا على أنه رجل منحل أخلاقيًا فى العلاقات المخلة؛ وبذلك

يبدد ماله ويهدر صحته على النساء ويموت معدمًا ومحطمًا. حسنًا، ليست هذه إلا طريقة واحدة لتفسير معنى الفم الكبير لدى الرجل، إلا أن هذا الملمح قد يدل أيضًا على أن صاحبه من النوع الكريم الذى يعرف كيف يستمتع بحياته، والذى يهتم كثيرًا بالعلاقات؛ فهذا النوع من الرجال يصادق الكثيرين، ولديه العديد من أساليب التمتع بمباهج الحياة وعلاقته بالناس يغلب عليها المودة؛ لذلك فصداقة هذا النوع من الرجال شىء مطلوب!

لذلك كان من المهم بالنسبة لى أن أستبدل بالوعى إصدار الأحكام، فلست أستهدف توضيح ما هو خطأ أو صواب لديك بقدر ما أستهدف أن أوضح لك طبيعتك الحقيقية، وكيف يمكن أن تعيش متوازنًا مع سلوكك. إن المرأة ذات الوجنتين "القويتين" قد لا تشعر بالرضا أو الراحة إذا كانت فى عملها مرءوسة، والرجل ذو الفم الكبير لن يكون سعيدًا دون إقامة علاقات شخصية مُرضية.

وكما ذكرت من قبل، فإن فن قراءة الوجوه تطور فى الصين عبر آلاف السنين كطريقة لتشخيص الحالة الصحية. وعندما أدرك الناس مدى أهميته وفهموه فهمًا أفضل تجاوز تأثيره حدود علاج الجسم وأصبح يستخدم فى اتخاذ القرارات المهمة مثل اختيار الزوج أو الشريك فى العمل. ومع ذلك، فقد تغيرت — مع مرور الوقت — النظرة إلى هذا الفن كما حدث مع الفنج شوى، وتدهور وضعه تدريجيًا بين العامة الذين أصبحوا يتعاملون معه كما يتعاملون مع الخرافات. لقد أدى تجريده من فلسفته الخصبة وأصوله القديمة إلى نظام ليس به سوى بعض القواعد دون أى فهم للمبادئ الكامنة وراءها.

لذلك فقدت ممارسة هذا الفن قيمتها وعمقها التطبيقى وأصبحت مجرد مبادئ قدرية محتومة فى هذا الإطار الثقافى، وأصبح الوجه يحدد مصير الإنسان، وإذا ولد أحدهم بملامح وجه "غير محظوظ" فسيقضى حياته محكومًا بالحظ السيئ! ولا شك أن هذا كله كان قصورًا هائلًا فى النظر وغير مفيد وليس له معنى سواء فى الصين القديمة أو فى العصر الحالى. إن الزعم بأن هناك ملامح وجه "محظوظة"، و"غير محظوظة" يحول هذا الفن القيم إلى مجرد ادعاءات قائمة على الخوف والاستسلام ولا تفيد.

وبالإضافة لذلك فإن الوجه هو مجرد انعكاس للذات الداخلية فى أية لحظة من لحظات حياتك؛ ولذلك فإنه عندما يحدث لديك أى تغير داخلى فسرعان ما يظهر على شكلك الخارجى. إن مستقبلك مكتوب على ملامح وجهك بمعنى أن

تلك الملامح تعمل كمرآة تعكس ما كنت ولا تزال عليه حتى هذه اللحظة، وإذا ما تغيرت من داخلك فسيتغير مستقبلك؛ فبيدك تغييره.

قال أحد الحكماء القدامى: "إن ما أنت عليه فى الحاضر نتيجة لما كنت عليه فى الماضى، وما ستكون عليه فى المستقبل يعتمد على ما أنت عليه الآن". ووجهك يبين ما كنت عليه فى الماضى ويبين مدى تأثير ذلك على ما ستصبح عليه، ولكنك تستطيع فى أية لحظة أن تغير من نفسك.

تعكس وجوهنا كل محاولاتنا للتوافق والتأقلم مع المجتمع، ولقد لاحظت تغيرات بدنية هائلة لدى بعض الناس بعد تجاوزهم حالة من النمو والتحول الشخصى. لقد رأيت حواجب تنمو بصورة مختلفة عما كانت عليه، وشفاهًا يتغير شكلها، وتجاعيد وجه تقل أو تختفى، بل إنه أحيانًا ما يحدث تغير – أيضًا – فى الغضاريف، والعظام، والبشرة كنتيجة للتحولات الداخلية الحقيقية. حقًا.. الوجه مرآة صادقة لحالتك الداخلية.

كيف تستخدم هذا الكتاب؟

إليك ملحوظة مهمة قبل أن تواصل قراءة الكتاب: إذا كنت ستستخدم هذا الكتاب لقراءة ما يقوله وجهك، فحاول أن تبدأ بإخواء عقلك من الأفكار القديمة، عليك أن تنظر فى المرآة كأنك ترى نفسك لأول مرة أو كأنك تنظر لشخص غريب. بعد وصولك للسن الذى وصلت له، ربما كان من المستحيل أن تنظر لوجهك بشكل موضوعى؛ فقد تندر الآخرون على أنفك فى أثناء طفولتك، وأنت تدرك جيدًا عدم جمال أذنيك، وربما كنت قلقًا بسبب احتمال إصابة وجهك بالتجاعيد مثل والدتك؛ لذلك من الصعب أن تنظر إلى وجهك بموضوعية.

وربما يكون من المفيد لك أن تستخدم هذا الكتاب مع صديقين لك ليقدما لك ملحوظاتهما بشأن ما يرونه فى ملامحك، وقد يفيدك أيضًا وجود وجوه أخرى لتقارن وجهك بها. فى ورش العمل التى أعقدها نقوم بعمل جلسات ممارسة جماعية لهذا الغرض. إن حصولك على آراء أكثر من فرد وقدرتك على مقارنة نفسك بهم طريقة جيدة لترى "ما هو واضح"!

وعندما تنظر إلى ملامح الآخرين فعليك أن تحكم على حجمها من خلال مقارنتها بباقى أجزاء وجوههم؛ فالذقن التى تبدو كبيرة لدى رجل معين قد تكون



صغيرة بالنسبة لرجل آخر. وبالإضافة لذلك، عليك أن تقصر قراءة الوجوه داخل حدود الأجناس المختلفة؛ أى أن تقارن الوجه القوقازى بوجه قوقازى، والوجه الإفريقى بوجه إفريقى، والوجه الآسيوى بمثله، وهكذا. ومع ذلك يمكنك أن تقرأ وجهًا ينتمى لأجناس مختلفة، ولكن هذا يحتاج إلى المزيد من الممارسة.

من الضرورى أيضًا أن تضع فى ذهنك أنه ليس هناك أسلوب واحد ثابت، فمعنى ملمح واحد من ملامح الوجه كثيرًا ما يتم تعديله، بل والتحكم فيه من خلال معانى باقى الملامح. فى أثناء قراءتك لهذا الكتاب قد تصيبك الدهشة وتقول لنفسك: *ويحى! إن لى هذه الأنف!..* أو الأذنين أو العينين.. إلخ. وأهم ما ينبغى أن تتذكره هنا هو أن ملامح وجهك تجتمع معًا لتشكل المنظر المتفرد لشخص واحد فقط هو أنت، وأنت دون سواك. إن بعض هذه الملامح تقلل أثر الملامح الأخرى، وبعضها الآخر يؤكد على أهمية هذه الملامح، وهذه المجموعة من الملامح هى التصميم الجميل المتفرد والذى يجعل صاحبه لا شبيه له فى الكون بكامله... ومع ذلك يجعله شبيهًا بكل شىء آخر.



تحديد معالم الرحلة



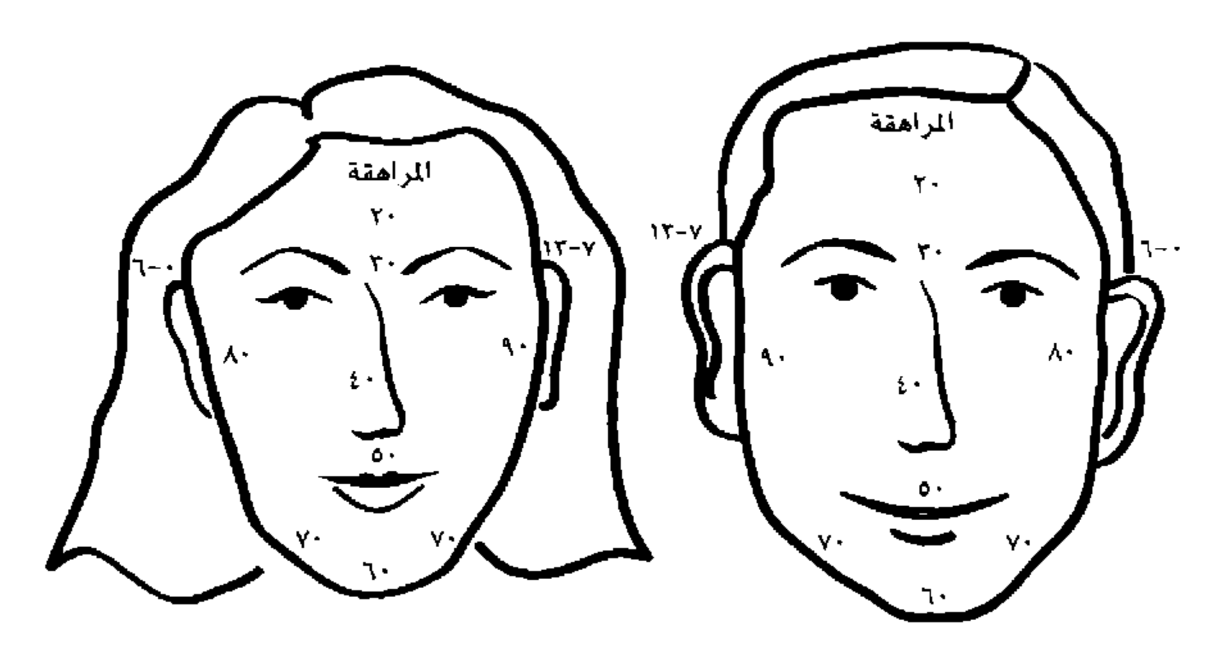
من أسهل طرق استكشاف الوجه أن تتعلم ملاحظة خريطة رحلتك عبر الحياة، وأن تعرف كيف كانت العقود، بل والسنوات السابقة، أو كيف ستكون وفقًا لذاتك الحقيقية فى هذا الوقت.

إن كل ملمح من ملامح الوجه يعبر تقريبًا عن عقد من عقود حياتك، وكلما كان هذا الملمح قويًا وكبيرًا وجميلًا كان دليلًا على أن السنوات التى يمثلها ستكون إيجابية فى مجملها. وإضافة إلى ما سبق فإن أجزاء أو ملامح الوجه تبين النمط العام للتجارب التى تتعرض لها خلال حياتك.

وعمومًا فيمكننا تقسيم ملامح الوجه إلى نوعين رئيسيين هما: "التلال"، و"الأنهار". وتتمثل "التلال" فى الملامح العظيمة مثل: الجبهة، والذقن، والفك، وتتمثل "الأنهار" فى ملامح الوجه الرقيقة الرطبة مثل:الأذن، وخط منبت الشعر، والعينين، والفم.

وبصفة عامة تعبر "التلال" عن المراحل العمرية التى تتطور خلالها طاقة "يانج"؛ حيث نكون فى هذه المراحل أكثر اندماجًا فى الحياة وإنجازًا للأشياء. أما "الأنهار" فتمثل المراحل العمرية التى يغلب عليها السكون "ين"؛ حيث كثيرًا ما تظهر أمور انفعالية عميقة تحتاج للتعامل معها، وغالبًا ما نعانى فى هذه الأوقات من مشاكل فى العلاقات، أو نجتاز عملية نمو داخلى من نوع أو آخر.

لنبدأ رحلتنا عبر تضاريس ومعالم الوجه لنتعرف من خلالها على الشكل العام لمراحل حياتنا.



الشكل١ : عقود الحياة

الأذنان = الطفولة

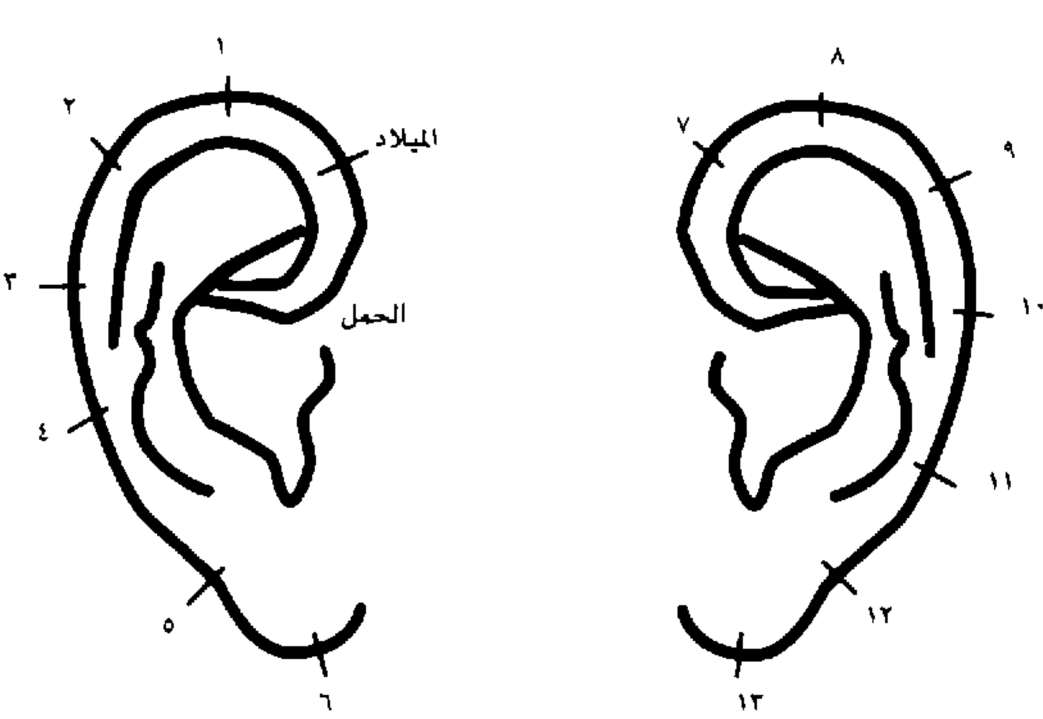
من أهم ما يمكن قراءته من خلال أذن الإنسان خبرات طفولته منذ بداية حمل والدته به، وحتى سن الثالثة عشرة. وبالنسبة للنساء، فإن الأذن اليمنى تمثل المرحلة العمرية ما بين فترة ما قبل ميلادهن وحتى سن السادسة، وتمثل الأذن اليسرى المرحلة العمرية ما بين سن السابعة وحتى سن الثالثة عشرة، والعكس بالنسبة للرجال؛ حيث تمثل الأذن اليسرى المرحلة العمرية ما بين ما قبل ميلادهم وحتى سن السادسة، أما الأذن اليمنى فتمثل المرحلة التى تبدأ من سن السابعة وحتى الثالثة عشرة. (انظر الشكل ٢ صـ ٣٢).

هذه هى بداية خبراتك فى الحياة عندما تدخلها فى غاية الضعف، والبراءة، وعدم القدرة على حماية نفسك انفعاليًا أو بدنيًا. ومن هنا فإن أية مصاعب تتعرض لها فى هذه الفترة يكون لها تأثير كبير على تكوين شخصيتك؛ فقد يظل أثرها عليك لما تبقى من حياتك. وإذا تركت الخبرة التى مررت بها فى هذه الفترة أثرًا طويل الأمد على حياتك؛ فإنها تترك أثرًا على أذنيك. إن وجود علامات

مرئية على الأذن يشير إلى عدد من الخبرات بداية من مجرد التعرض لضغوط عامة، أو اضطراب انفعالى، ووصولاً إلى الصدمات الحادة وإساءة المعاملة أو التحرش الذى تعرض له الشخص فى هذه الفترة من حياته. وكلما كانت المعاناة فى هذه المرحلة أكبر، زادت ملاحظة أثرها على الأذنين.

وكبداية: المس الطرف العلوى لأذنك عند نقطة اتصال الأذن بالرأس، يكون هذا للأذن اليمنى لدى النساء، واليسرى لدى الرجال. وهذا الموضع من الأذن سيبين لك إذا كنت قد تعرضت لأية خبرات قوية فى أثناء حمل والدتك بك وتؤثر على حياتك حاليًا. يُعتقد أن شهور الحمل تؤثر تأثيرًا كبيرًا على تطور انفعالات الجنين وعلى حياته المستقبلية. وأية ضغوط تتعرض لها قبل ميلادك أو فى أثنائه ستترك أثرًا على هذه المنطقة العلوية من الأذن، والتى لا تبدو بارزة بوضوح فى معظم الحالات. ولكن إذا كان هناك فجوة منحدرة، أو تجويف، أو تغير فى اللون، أو أى شىء غير عادى فى هذه المنطقة؛ فهذا يعنى أن شيئًا مهمًا قد حدث خلال هذه المرحلة من حياتك. وقد يكون من المثير أن تلاحظ آذان مجموعة من أصدقائك لتعرف كيف تختلف هذه المنطقة من الأذن من شخص لآخر!

قد يصعب عليك أن تصدق أن الإنسان يمر بخبرات فى فترة ما قبل الميلاد يكون لها تأثير كبير على باقى حياته، ومع ذلك فقد أوضحت الاكتشافات العلمية الأخيرة أن هذا ممكن. إن الببتيدات العصبية - أو "جزيئات الانفعال" التى درستها عالمة الأعصاب "كانداس برت" كفتح علمى جديد - تحمل الرسائل الخاصة بالأحاسيس من المخ إلى كل أعضاء الجسم؛ مما يحدث تغيرات جسمية ملموسة. وقد أصبح من المعروف الآن أن الببتيدات العصبية لدى السيدة الحامل تعبر المشيمة وتدخل إلى مجرى دم الطفل؛ وبالتالى فإن الصدمات الانفعالية التى تتعرض لها الأم قد تسبب توترًا للجنين. وفى دراسة إيطالية أجريت فى تسعينات القرن الماضى طلب الباحثون من مجموعة من النساء الحوامل وأزواجهن أن يفتعلوا جدالًا قصيرًا. ورغم أن الأزواج كانوا يمثلون الجدال فقط إلا أن الأجنة الذين كانوا فى شهرهم الثالث كانوا فى حالة من التوتر فى أرحام أمهاتهم.

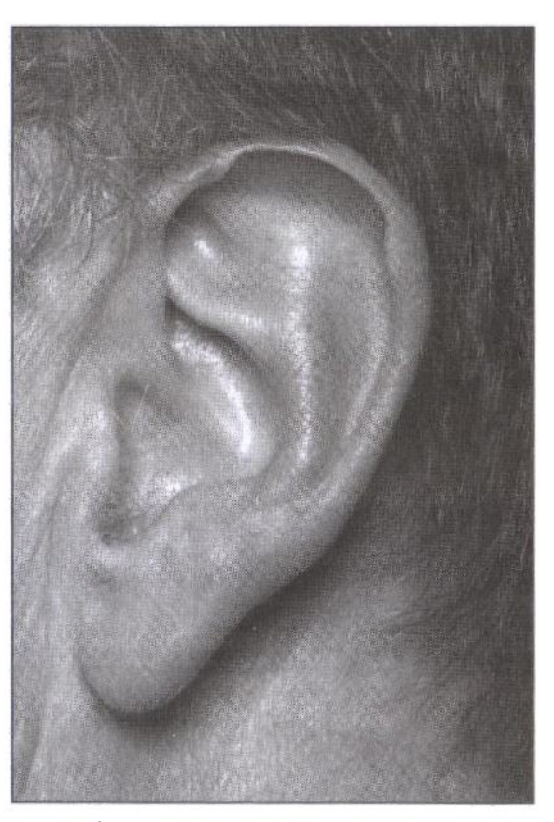


الشكل٢: تبين الأذن اليمنى للنساء خبرات حياتهن منذ الحمل بهن وحتى سن السادسة. أما أذنهن اليسرى فتبين خبرات حياتهن من سن السابعة وحتى الثالثة عشرة. أما بالنسبة للرجال فتكون المرحلة الأولى بالأذن اليسرى ثم الثانية بالأذن اليمنى.

من المهم أن تعرف أن والدتك قد تعرضت لتوتر فى أثناء حملها بك (ومن منا لم تتعرض أمه لتوتر فى أثناء الحمل؟)، أو ربما كانت ولادتك متعسرة، ومع ذلك فإن لم يكن لهذه الخبرات أى تأثير على حياتك حاليًا، فلن تجد أية علامة لها على أذنك؛ لأنك لا تحمل على أذنك إلا على علامات لأمور تؤثر على حياتك الحالية. إن وجود أثر أو علامة على أذنك يعنى أن الضغوط التى تعرضت لها لا تزال تمثل عقبة فى حياتك، وقد يعنى أيضًا أن تلك الخبرة كانت درسًا مهمًا، وعلامة باقية كشاهد على مدى أهمية تلك الخبرة، وأنت من يحدد أى الأمرين ينطبق عليك.

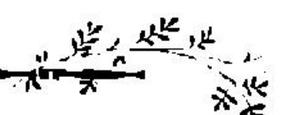
لذلك؛ فإذا وجدت أية علامة، أو شعرت بأى انحدار على هذا الموضع من الأذن؛ فهذا يعنى أن الخبرة التى مررت بها فى هذه المرحلة المبكرة من عمرك عامل مهم فى تكوين شخصيتك الحالية. وليس معنى هذا أن تقلق إذا وجدت شيئًا غير عادي؛ فهذا لا يمثل سوى جزء واحد فقط من عمرك.. جزء بسيط مما يكون شخصيتك المتفردة. لقد بدأت بالكاد رحلة استكشاف قراءة وجهك!

ولتتعرف على باقى قصة طفولتك لاحظ أية تغيرات مهمة على الحافة الحلزونية لصوان أذنيك. كما هو موضح فى (الشكل٢)، فإن كل سنة من سنى طفولتك يمثلها نصف بوصة على الحافة؛ فإذا كانت الحافة الحلزونية لصوان أذنك نحيلة فى موضع معين كما هو مبين فى (الشكل٣)؛ فهذا غالبًا ما يعنى أنك قد مر عليك وقت شعرت فيه بعدم الأمان أو بفقدانك شيئًا. وعلى سبيل المثال: إذا كانت الحافة الحلزونية نحيلة فى أعلى الأذن فهذا يعنى أن هذه الأزمة قد حدثت لك بعد ميلادك مباشرة. وفى هذه الحالات، غالبًا ما ألاحظ أن الأزمة ناتجة عن غياب أحد الأبوين كتعرض الأم لمرض وانفصالها عن وليدها فى ذلك الوقت، وربما وقع الطلاق بين الأبوين فى هذه المرحلة من عمر الطفل، وابتعد أحدهما عنه، وربما كان هناك سبب آخر أقل مأساوية ومع ذلك ذو أثر ضاغط على حياتك.



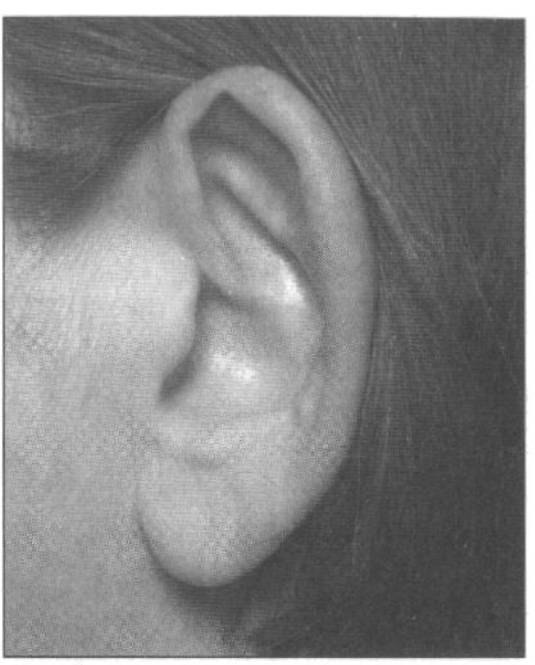
الشكل٣: تعبر المنطقة النحيلة على حافة هذه الأذن عن فترة شعر فيها صاحبها بفقدان الأمان أو الدعم، هذه الفترة تبدأ بالعام الأول وتستمر حتى العام الثانى.

ويوضح طول المنطقة النحيلة للحافة الحلزونية للأذن طول مدة الضغوط التى عانى الفرد منها؛ فإذا كانت قصيرة كانت تلك الخبرة قصيرة الأمد، وربما



عكست قلة اهتمام الأبوين بالطفل لميلاد شقيق جديد له، أو ربما صاحبت دخوله المدرسة لأول مرة، أو موت الحيوان الأليف للأسرة. من المهم أن تدرك أن حجم المشكلة ليس المهم هنا؛ فالمهم هو مدى شعور الفرد تجاهها.

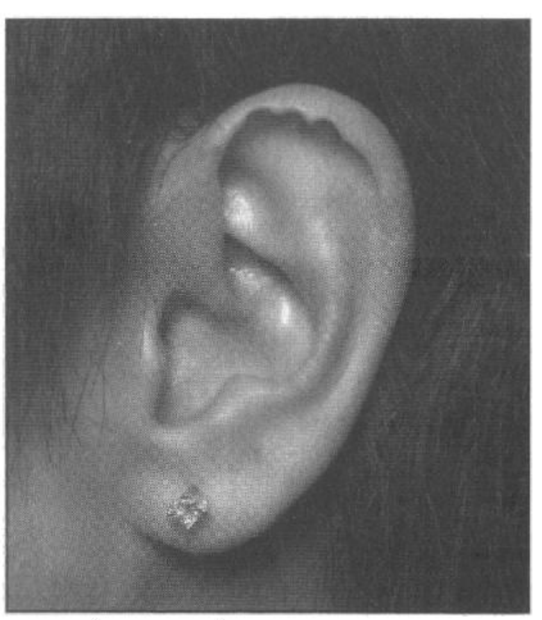
وإذا كان على الحافة الحلزونية للأذن انحناءة كما هو مبين فى (الشكل٤)، فإن هذا يشير إلى أن الحادث كان فرديًا قليل الضغوط، وهو ما قد يدل على مشكلة بدنية كحادثة أو مرض.



الشكل٤: توضح الانحناءة أعلى هذه الأذن أن صاحبتها تعرضت لأزمة فى سن الثامنة.

إذا كانت حافة الأذن مضغوطة لأسفل أو مسطحة كما لو كانت قد تم كيها، فإن هذا علامة على التعرض للكبت خلال هذه المرحلة من العمر. وعلى سبيل المثال، كانت إحدى من حضرن ورش العمل التى أعقدها قد ولدت لأبوين متعصبين دينيًا، فرضا عليها أن تتعلم فى المنزل، ولم يسمحا لها باللعب مع الأطفال خارج دار العبادة. وكانا متشددين فى عقائدهما ويواجهان أى تجاوز أو خرق لهذه العقائد بأقصى العقوبات. وقد قالت هذه السيدة إنها كانت تعانى طوال طفولتها من الكبت والتسلط. وبالفعل فقد كانت حافتا أذنيها مضغوطتين لأسفل. لذلك عندما بلغت السادسة عشرة من عمرها فرت من المنزل ولم تعد إليه أبدًا.

ويعكس النتوء البارز على حافة الأذن كما فى (الشكل٥) حدوث بعض التقلبات الحياتية فى أثناء مرحلة الطفولة. ومع ذلك إذا كان هناك بروز كبير الحجم فهذا شىء إيجابى. كان الصينيون يعتقدون أن أى شىء بارز عن الوجه دليل على الخير، ومعنى هذا أن الخبرة التى حدثت فى هذه الفترة من العمر سعيدة ولكن ليس هذا – بالضرورة – الواقع. لقد اكتشفت فى أثناء عملى أن من لديه هذه العلامة ربما مر بظروف صعبة فى هذا الوقت، لكن الأمور بعد ذلك تغيرت للأحسن، وأصبح لها أثر أكثر إيجابية على المدى البعيد.

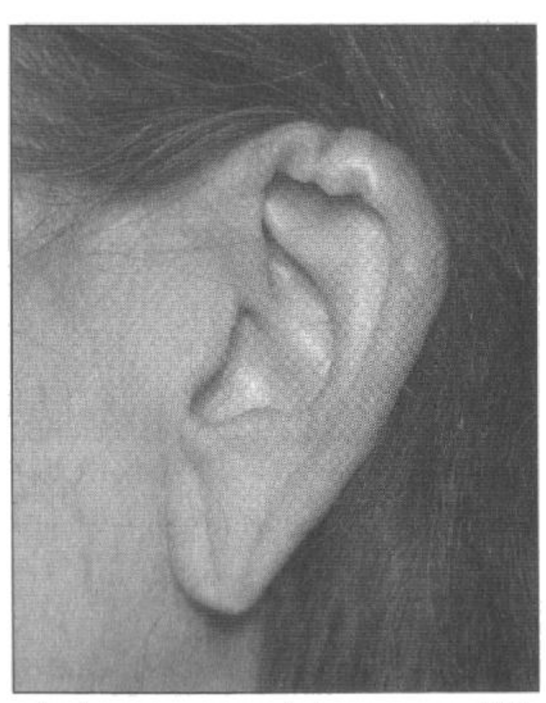


الشكل٥ : يعكس النتوء البارز أعلى هذه الأذن فترة من التقلبات الحياتية فى سن الثامنة أو التاسعة تقريبًا.

وعلى الرغم من أن العلامة على الأذن توجد بالضبط فى الموضع الذى يرتبط بالعمر الذى وقعت فيه الأزمة، فإنه من الممكن ألا يكون الحال هكذا دائمًا. والقاعدة العامة هنا هى أن العلامة على الأذن قد تحدث قبل التاريخ المشار إليه أو بعده بسنة واحدة، وربما كان سبب ذلك أن التوتر الناجم عن الحادث لم يبلغ أقوى أثر له إلا بعد فترة من وقوعه. على سبيل المثال: إذا ولد أخواك التوأمان عندما كنت فى الثالثة من عمرك، فإن أثر عدم حصولك على الاهتمام الكافى من أبويك قد لا تشعر به إلا بعد ولادتهما بعام أو عامين، ومن المهم أن تضع هذه القاعدة فى ذهنك عندما تقوم بقراءة أذنيك أو أذنى أى شخص آخر.

إن أية علامة، أو انبعاج، أو ندبة، أو تجعد، أو بقعة، أو تغير فى لون الأذن له معنى، ومع ذلك فلا تكن وسواسًا للغاية فى فحص كل جزء صغير من أجزاء وجهك، فيكفيك أن تلاحظ الأجزاء التى يسهل ملاحظتها والأجزاء الأكثر بروزًا. وأود أن أؤكد أيضًا على أهمية المعلومات التى تحصل عليها من أذنيك عن السنوات الثلاث الأولى من عمرك؛ لأنها – نعلم جميعًا – هى ما تحدد آمالك وأنساقك المعتقدية لما تبقى من حياتك.

ومع ذلك فإذا رأيت شخصًا ذا أذن ملتوية بشكل حاد، أو مشوهة فى أى جزء منها؛ فأشفق عليه لأن هذا يدل على أنه عانى من التحرش فى طفولته، ولكى نكون واضحين فإن هذا لا يعنى أن أذنيه قد دمرتا بالفعل. إن الخبرات القاسية فى الطفولة ستترك علامة على الأذن سواء كانت هذه الخبرة نتيجة لمشاكل



الشكل٦: تشير هذه العلامة لحدوث ضغوط حادة فى سن الثامنة.

انفعالية، أو مرض، أو إصابة عضوية فى أى جزء من أجزاء الجسم.

ذات مرة زارنى عميل كانت أذنه اليمنى مشوهة جدًا، وعليها علامات قوية تدل على وقوع العديد من الأحداث له فى سن التاسعة. وبعد أن عملت مع هذا الشخص لفترة كونت فكرة جيدة عن حياته بشكل عام. وعندما سألته عما حدث له فى التاسعة من عمره لم تدهشنى إجابته؛ فقد نظر إلىَّ مشدوهًا وأسر لى بأنه

قد تعرض لاعتداء جنسى فى التاسعة من قريب له كان يثق به كثيرًا، لكن أكثر ما أحزننى هو المعاناة التى يشعر بها كرجل راشد؛ حيث تكررت معه خبرات مماثلة فى أثناء سنوات رشده، فقد انتهت الكثير من صداقاته بسبب "الخيانة وسوء المعاملة" على حد قوله مثل تعرضه لـ "النصب والخداع" من شريكه فى العمل، وتعرضه لـ "الاستغلال والخيانة" من أستاذه الروحى؛ مما جعله يشك فى كل من حوله عند هذه المرحلة من حياته، وقد بدا وكأن الصدمة التى عانى منها فى طفولته تتكرر معه دائمًا.

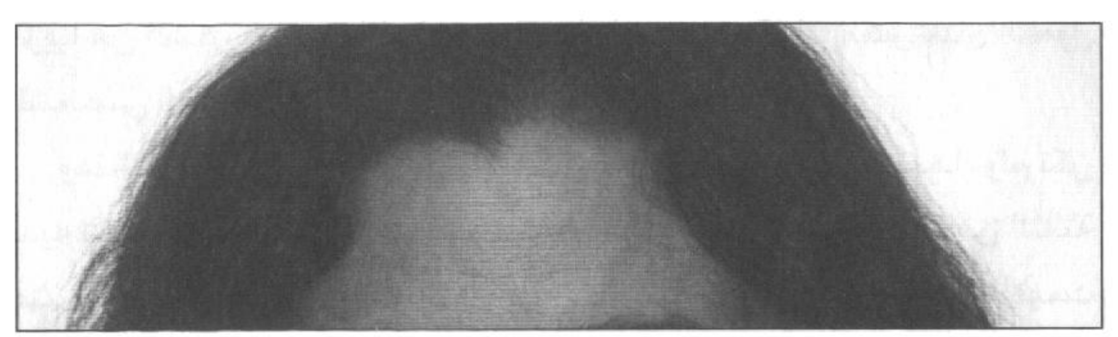
ومع ذلك، فإن حقيقة أن ما حدث له فى الماضى قد ظهر على أذنيه كعلامة على نمط حياتى طويل الأمد هو ما قاده فى النهاية للبحث عن الاستشارة لأول مرة، والقيام بما ينبغى عليه القيام به من العمل بداخل شخصيته قد ساعده على التحرر من مأساته الباقية من الماضى. وحدث أن رأيت هذا الرجل بعد عدة سنوات من النمو الشخصى فلاحظت أن حافة أذنه اليمنى أصبح شكلها قريبًا من الشكل الطبيعى، وإن كانت لم تتغير بالكلية، وهذا يعكس مدى التحول الشخصى الذى حدث له.

وهناك رجل آخر جاء إلى إحدى جلسات قراءة الوجه التى أعقدها، ولم تكن لديه شحمة فى أذنه اليمنى منذ ولادته. وعندما سألته عما حدث له فى الثالثة عشرة من عمره قال: "كانت هذه هى فترة التغير الجذرى فى حياتى" وفهمت منه أنه قد تعرض لتهكم شديد من زملائه فى المدرسة مما جعله يشعر بمهانة مرعبة. وقد أصابته هذه الصدمة القاسية بخوف مرضى "فوبيا" غير حياته بالكامل منذ هذا الوقت. وحتى عندما بلغ الرشد كان يتجنب حضور المناسبات الاجتماعية، ولم يكن يستطيع الذهاب فى رحلات العمل، بل يفضل العمل فى المنزل بقدر الإمكان.

ومن المهم أن نلاحظ أنه قد ولد دون شحمة أذن يمنى *قبل* تعرضه لهذه الصدمة الأليمة، ولكن العلامات يمكن أن تظهر قبل الخبرة السلبية أو بعدها. وإذا حدث أن تم تحديد هذه الخبرة قبل سن الرشد فكان سيسهل تقديم الدعم له لإعداده ليستطيع التعايش مع هذا الموقف على الأقل. ولكن فى حالات نادرة كهذه الحالة، فإننى ربما أوصى العميل بإجراء جراحة تجميل لإصلاح العضو التالف. وعندما كنت أرى هذا يحدث من قبل، كان العميل يشعر بدرجة محدودة من التوتر وليس بهذه الدرجة الحادة التى كان يعانى منها عميل المثال السابق.

خط منبت الشعر = المراهقة

خط منبت الشعر على الوجه من جهة الرأس يمثل خبرات مرحلة المراهقة، وهى الفترة التى يتعامل فيها الفرد مع مرحلة جديدة من التطور الانفعالى. فى هذه الفترة يكتسب الفرد قدرة أكبر على مواجهة التحديات؛ لذلك فإن الإحساس بالضغوط فى هذه الفترة يختلف عن الإحساس بها فى فترة الطفولة. ومع ذلك، فلا يزال الفرد فى هذه المرحلة ينقصه النضج الانفعالى؛ ونتيجة لذلك فإن المراهق يعانى من الكثير من المصاعب! إن أية مسببات للغضب فى هذه الفترة ستؤثر على شكل خط منبت الشعر، فإذا كان خط منبت شعر أحدهم غير منتظم وبه الكثير من التعرجات وليس انسيابيًا كخط مستقيم أو شكل بيضاوى، فإن هذا قد يعنى أن سنوات مراهقته كانت مليئة بالمصاعب والتحديات (انظر الشكل٧).



الشكل٧: خط منبت الشعر هنا غير منتظم مما يعنى أن خبرات مرحلة المراهقة لم تكن سهلة.

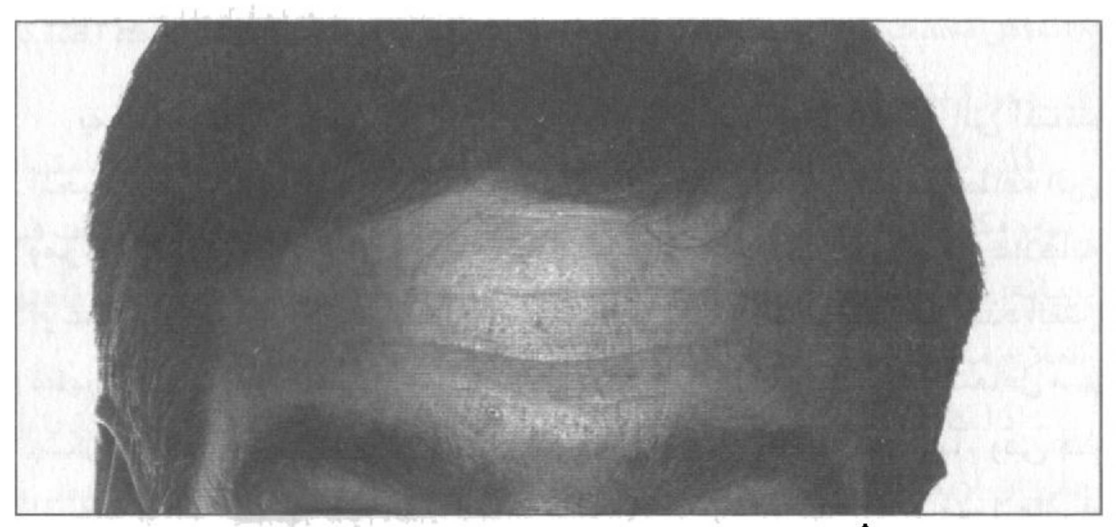
الجبهة = العشرينات

الجبهة هى المنطقة التى تظهر عليها آثار الخبرات التى نمر بها فى العشرينات من أعمارنا، ويوضح الجزء العلوى من الجبهة المرحلة الأخيرة من سنوات المراهقة، أما الجزء الأوسط منها فإنه يوضح خبرات منتصف العشرينات، ويوضح الجزء السفلى منها خبرات المرحلة الأخيرة من العشرينات.

والجبهة من ملامح "التلال" على الوجه، وتمثل فترة "اليانج" أو الحركة

والنشاط عندما يبدأ معظم الناس فى الاحتكاك بالعالم الخارجى لأول مرة. وإذا كنت – عزيزى القارئ – قد تجاوزت هذه المرحلة، فإنك تعرف معنى أن تكون على أعتاب عقد جديد من العمر بعد أن تجاوزت المراهقة، وأصبحت واثقًا فى أنك تعرف العالم الخارجى. وعندئذٍ تبدأ فى معرفة الحياة على *حقيقتها* – وتواجهك الكثير من المفارقات المدهشة!

ما هى التعبيرات التى يصدرها الوجه عندما نشعر بالدهشة؟ رفع الحاجبين مما يؤدى إلى ظهور تجاعيد أفقية مؤقتة على الجبهة. لا عجب – مع كثرة ما



الشكل ٨: الخطوط الأفقية على الجبهة تدل على تعرض صاحبها لخبرات قوية فى نهاية سنوات المراهقة وفى مرحلة العشرينات.

يواجهه الفرد من أحداث غير متوقعة فى فترة العشرينات –أن يبدأ ظهور التجاعيد على الجبهة. (انظر الشكل ٨).

ترك أحد زملائى منزل أسرته فى سن التاسعة عشرة ثم سافر إلى مناطق كثيرة فى العالم فى عشرينات عمره، وواجه الكثير من المصاعب فى الدول النامية، إلا أنه عرف الكثير عن نفسه وعن العالم المحيط به. لذلك كانت جبهته من أكثر الجباه التى رأيتها تجعدًا.. مجموعة من الخطوط الأفقية العميقة والمتقاربة مما يوضح حجم المغامرات التى مر بها ومدى ما تعلمه منها. إن هذا النوع من التجاعيد يدل على قوة الخبرات التى مر بها صاحبها فى هذه الفترة.. لا تعنى أنه قد ارتكب خطأ، أو تعرض لمشكلة، بل يعنى أنه تعلم دروس الحياة جيدًا.

الخطوط الأفقية على الجبهة – إذن – تعنى مرور صاحبها بخبرات قوية فى العشرينات من عمره، وينبغى على الباحث عندما يفحص هذه الغضون أن يهتم بالمتصل منها الذى لا يفصله شىء؛ فإذا كان هناك خط غير كامل وقطعه شىء، فهذا يشير إلى تجربة حدثت فى فترة العشرينات نتج عنها درس لم يفهمه الفرد جيدًا. وهذا يعنى – ببساطة – أن الحياة ستظل تقدم له الكثير من الفرص للتعامل مع هذه المسألة.

العينان = الثلاثينات

يمكنك التعرف على خبرات فترة الثلاثينات من خلال النظر إلى المنطقة المحيطة بعينيك. والعينان من ملامح "الأنهار" على الوجه والمتعلقة بطاقة الين. ومرحلة الثلاثينات غالبًا ما تكون فترة مشاكل انفعالية للفرد سواء فى علاقاته، أو عمله، أو فترة سعى دءوب من الفرد لتحقيق النمو الشخصى. فى هذه الفترة تظهر لنا من جديد بعض الأمور التى كنا نظن أننا قد انتهينا منها، فنتعامل معها بشكل مختلف وبصورة أكثر عمقًا عما سبق لنا أن تعاملنا به معها، وفى هذه المرحلة نعاود التفكير فى أمور تتعلق بحياتنا، أو نواجه خبرات ترغمنا على أن نفعل ذلك.

ومع ذلك، فإنه من المفيد، والصحى أن نفعل هذا فى هذه الفترة من الحياة، وهى الفترة التى غالبًا ما نأخذ فيها أول خطوات حقيقية على مستوى النمو الشخصى – وأحيانًا ما يحدث ذلك عن غير إرادة منا. ويبدو الأمر وكأننا قد قررنا فعل هذا بإرادتنا، أو أن فعله فرض علينا من خلال تعاملنا مع شركائنا، أو أبنائنا، أو أبوينا، أو زملائنا. ولأن هذه الفترة مليئة بالمشاكل الانفعالية؛ فغالبًا ما تسبب ظهور التجاعيد حول العينين نتيجة معاناة الأحاسيس القاسية.

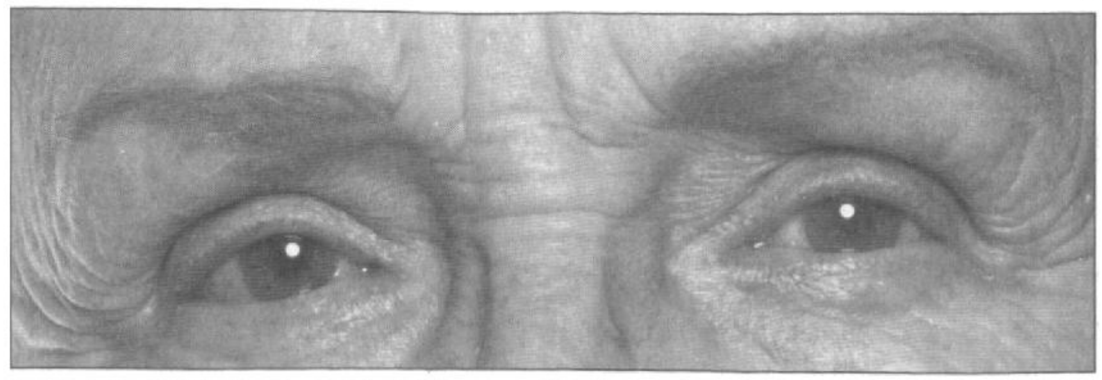
كانت إحدى الملتحقات بورش العمل التى أعقدها على وشك دخول مرحلة الخمسينات من عمرها، ومع ذلك كانت التجاعيد حول عينيها قليلة ولا تكاد توجد مما أثار دهشتى وسألتها فى النهاية عن طبيعة مرحلة الثلاثينات فقالت: "قضيت هذه الفترة بالكامل فى جو روحى وهادئ وكنت أتأمل طوال الوقت تقريبًا!". لا شك أن هذا النوع من النشاط أو البيئة لا يثير مشاكل انفعالية ولا يكوّن خطوطًا وتجاعيد.

الأنف = الأربعينات

الأنف ينتمى لقسم "التلال" أو اليانع من ملامح الوجه، وتميل إلى للخارج بعد الصراع الداخلى الذى صاحب فترة الثلاثينات. ومرحلة الأربعينات غالبًا ما تكون الوقت الذى يحقق فيه المرء كيانه والنجاح فى مجال عمله. وبسبب هذا التركيز على هذا الإنجاز الخارجى الظاهر؛ فإن هذه الفترة ليست فترة تركيز على الأمور أو المشاكل الانفعالية؛ لذلك فلن يظهر على الأنف إلا القليل من التجاعيد والعلامات الأخرى التى تدل على هذا النوع من الضغوط. والمؤكد أن المشاكل تحدث فى أى عقد من العمر، وفى عقد الأربعينات تنعكس هذه المشاكل فى صورة تغيرات فى أرنبة الأنف أو على شكل خطوط على قنطرته.

كان لدى زوج إحدى صديقاتى مجموعة من الخطوط الأفقية على امتداد أنفه، وكان قد واجه هذا الرجل عددًا من الانتكاسات خلال فترة الأربعينات فى حياته؛ حيث فقد عمله، واضطر إلى إشهار إفلاسه، وخضع لبرنامج إعادة تأهيل للعلاج من المخدرات، ومات له ابن.. كل هذا فى عقد الأربعينات وحده.

إذا كانت أنفك بارزة وكبيرة بالنسبة لباقى ملامح وجهك، فإن هذا دليل على أن أربعينات عمرك كانت أوقاتًا إيجابية للغاية وهذا غالبًا ما يحدث بعد أن تحقق النجاح فى عملك، أو عندما تبدأ حياة جديدة أكثر استقرارًا وتوازنًا بعد عملية المعالجة الداخلية التى اجتزتها فى مرحلة الثلاثينات. ومن الشائع أن تكون بداية الأربعينات نقطة تحول بالنسبة لماضى حياتك، وربما تمثل هذا التحول فى طلاق، أو تغيير عمل، أو تحول كامل فى الأنشطة والاهتمامات التى تركز عليها. وإذا مررت بهذا النوع من الخبرات، فستظهر لديك تجاعيد أفقية أعلى أنفك، وفى المنطقة بين عينيك (انظر الشكل ٩). وفترة الأربعينات من الفترات المهمة للتغيرات الحاسمة فى الحياة، وكلما زاد حجم وأهمية التغير زادت التجاعيد على الممر بين العينين ظهورًا ووضوحًا.



الشكل٩، الخط الأفقى بين عينى هذه السيدة يشير إلى تعرضها لتغيرات مهمة وجذرية فى حياتها عندما دخلت الأربعينات من عمرها.

من المألوف أن تجرى المراهقات عمليات تجميل لتصغير حجم أنوفهن، ومع ذلك فإن الوجه فى فترة المراهقة لا يزال فى حالة نمو؛ حيث يكون الأنف قد نما بشكل أسرع من باقى ملامح الوجه؛ ولذلك يبدو الأنف دائمًا فى فترة المراهقة أكبر من باقى ملامح الوجه ولكن هذا سيتغير بعد سنوات قلائل. إذا انتظرت هاتيك الفتيات حتى يبلغن منتصف العشرينات فسيرين أن باقى ملامح الوجه قد اكتمل نموها ليصبح حجمها متناسبًا مع حجم الأنف.

والأهم من ذلك أن أى تغيير فى الوجه له آثار موازية على الطاقة الجسمية؛ حيث إن تصغير حجم الأنف بالنسبة لباقى الملامح الأخرى قد يصيب المرأة بنقص فى الطاقة التى عادة ما يتمتع بها الناس فى مرحلة الأربعينات.

الفم = فترة الخمسينات

كما أن مستوى الانحدار بين الأنف والفم كبير، فكذلك الحال فى الانتقال من الأربعينات إلى الخمسينات؛ لذلك ننصح الرجال ممن يوشكون على دخول العقد الخامس من حياتهم بأن يطلقوا شواربهم كتخفيف لأثر ذلك الهبوط الحاد! أما بالنسبة للنساء – اللاتى لا يتوافر لهن مثل هذه الحلول – فإننى أنصحهن بالحفاظ على شفاههن ناعمة وجذابة.

ربما بدت هذه النصيحة وكأنها مزحة، ولكنها مفيدة رغم بساطتها وغرابتها. فى هذه الفترة قد تؤدى بالفرد الضغوط والانفعالات السلبية التى يعانى منها إلى زم وجهه زمًا حادًا متصلبًا، والأكثر أن شفتيك قد يصيبها النحول أو قد يتحول

فمك بكامله إلى فم مقوس كئيب؛ لذلك فإن الحفاظ على نضارة واسترخاء الفم يمكننا من التحرر من بعض هذه الضغوط.

وفترة الخمسينات من فترات "الأنهار" – حيث تعود طاقة الين، وحيث تثور من جديد الموضوعات التى سبق أن أهملتها أو حاولت تجاهلها فى الماضى، ولكن معالجتها هذه المرة تكون بطريقة مختلفة. وفى هذه الفترة تكون معرضًا لحالة من انعدام التوازن الجسمى بما يؤثر على صحتك؛ ولذلك يطلق بعض الأطباء على بدايات عقد الخمسينات من العمر "مثلث برمودا الصحة"؛ حيث قد يصاب من لم يسبق لهم أن مرضوا بالأمراض فى هذه المرحلة.

لذلك؛ ينبغى أن تركز كثيرًا فى هذه الفترة على الاهتمام بصحتك وتوفير الاحتياجات التى تشعرك بالرضا. فى هذه الفترة قد تدرك فجأة أن آمالك لم تتحقق، وربما تراكمت إحباطات بينك وبين زوجك، أو تعرضت لظروف حياة وصلت إلى درجة من الخطورة بحيث لا يمكنك تجاهلها. وأهم ما يجب أن تضعه فى اعتبارك عن هذه الفترة هو أنها فرصة لمعرفة مدى شعورك بعدم الإشباع وتحديد ما تقوم به تجاه هذا الشعور، بل ربما وصل بك الحال إلى الشعور بأنه لم يعطك أى أحد ما تريده فعلًا، وأنك تستطيع بالفعل أن تحصل عليه بنفسك..

وكما سبق أن قلت؛ فإن أكثر ما يجب أن نعيه فى أثناء دخولنا عقد الخمسينات هو أن نحافظ على نعومة شفاهنا وألا نزمها. إذا حافظنا على مشاعر الراحة والاستقبالية فلن نشعر بالسلبية أو الاستياء، وتحمل الرسالة التى نرسلها للعالم الخارجى تفتحنا ومرونتنا مما يفتح الطريق لحياة مزدهرة انفعاليًا، وروحيًا، وماديًا.. كيف لك أن تتناول طعامًا مغذيًا إذا كان فمك مزمومًا؟

ومن أسهل الطرق لتغيير هذه الملامح الكئيبة أن ترسم على فمك ابتسامة خفيفة عدة مرات يوميًا، وسيصبح هذا الأمر عادة طبيعية لديك بعد فترة قصيرة؛ فقد أثبتت الدراسات أن الابتسامة المصطنعة كالابتسامة الحقيقية من حيث إنها تساعد الجسم على إفراز الإندروفينات؛ لذلك فبمقدورك فعلًا أن تشعر بسعادة دائمة بمجرد أن تظهر دلالة بسيطة على الشعور بالسعادة عدة مرات يوميًا!

وغالبًا ما تمثل مرحلة الخمسينات للسيدات فترة التعامل مع مشكلة إضافية وهى انقطاع الطمث؛ حيث يصعب عليهن أن يشعرن بالراحة والهدوء فى وجود هذه المشاكل الانفعالية والجسمية الكبيرة والتى تعوق شعورهن بالهدوء

والاستقبالية! ومن هنا فمن الأفضل للمرأة أن تعتبر هذه الفترة انتقالية وليست نقطة النهاية، وأن تتكيف معها ولا تقاومها لأنها – أى هذه الفترة – تقدم درسًا كبيرًا مفيدًا يتجاوز أثره هذه السنوات القلائل. والحفاظ على الفم سلسًا وناعمًا سيمنحنا شعورًا بالتوازن يساعدنا على مواجهة التقلبات الطبيعية للحياة بسهولة أكبر.

ومن هنا تتمثل مهمتك فى فترة الخمسينات فى أن تزيد من محاولتك التمتع بالحياة التى تريدها حقًا؛ فربما يغيب عن نظرك ما حققته من إنجازات ولا ترى إلا ما لم تنجزه؛ لذلك فإن تعاملك مع الأمور بسماحة والتحرر من الهموم يمكنانك من نيل أصعب المطالب بسهولة.

الذقن = الستينات

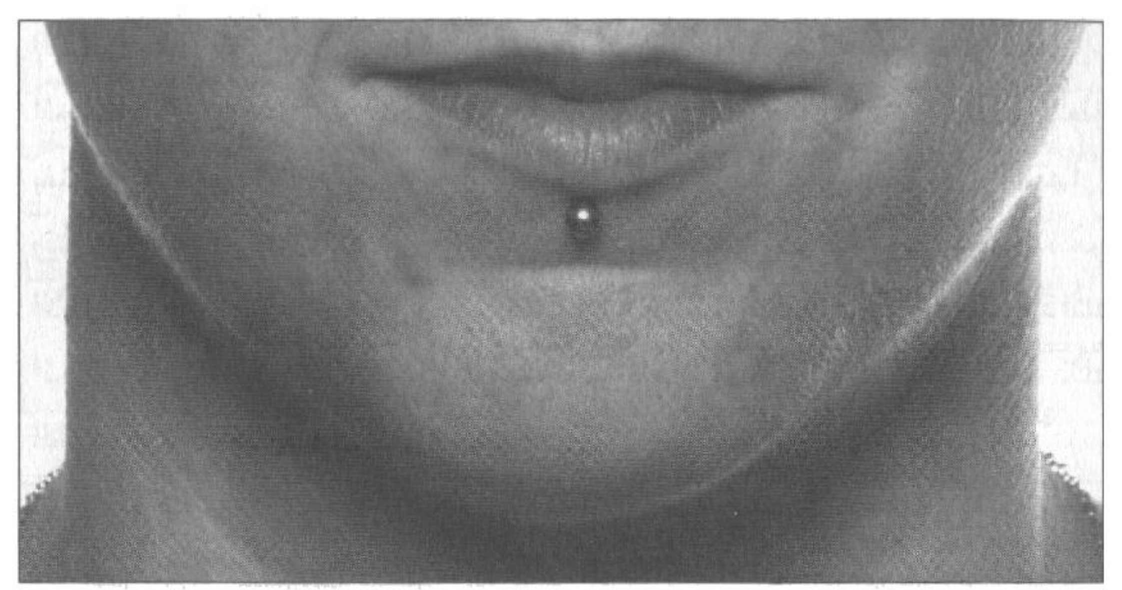
توضح ذقن أحدهم الخبرات التى سيمر بها فى عقده السادس من العمر، والذقن ملمح آخر من ملامح "التلال" الثابتة بعد أن يجتاز الفرد التقلبات الجسمية والانفعالية أو كليهما معًا فى فترة الخمسينات. وتوضح الذقن القوية البارزة مقارنةً بباقى ملامح الوجه أن صاحبها سيتمتع بعقد ستينات إيجابى، ولكن عدم وجود ذقن بهذه المواصفات لا يعنى أن فترة الستينات ستكون سيئة، بل يعنى فقط أنها ليست بقوة الفترات السابقة أو التالية لها.

وإنه من الشائع أن تظهر العلامات والتجاعيد على ذقن الفرد عندما يصل لعقد الستينات، وخاصة لدى من ظهرت لديهم أيضًا علامات حول الفم. وإذا واجهتك مصاعب كبرى فى عقد الخمسينات، فإنها ستظهر مرة أخرى فى هذا العقد مما يعطيك الفرصة للتعامل مع الأمور السابقة. أما فى غير ذلك من الحالات، فستلحظ انكماش العلامات على ذقنك إذا كنت قد أجريت تغييرات قوية فى فترة الخمسينات؛ حيث إن هذه التغييرات ستبدل ما كان ينبغى أن يحدث فى السنوات العشر التاليات.

إذا كنت قد واجهت تحديات صعبة فى حياتك؛ فإنك بدخولك فترة الستينات قد استنفدت الكثير فى التعامل مع هذه التحديات؛ لذلك سيظهر على ذقنك علامات تنبهك إلى ضرورة الاعتناء بمعدل طاقتك وبصحتك. إن الحرص على "مخزون" الطاقة لدينا أمر مهم على مدار حياتنا، إلا أنه أكثر أهمية فى فترة

الستينات خاصة إذا كانت الذقن صغيرة مقارنة بباقى ملامح الوجه أو إذا ظهر عليها أية علامات وتجاعيد لافتة للنظر.

وهناك شيء يُلاحظ تكرره كثيرًا بين الناس، وهو الخط الأفقى الذى يظهر فى منتصف المسافة بين الفم وأسفل الذقن (انظر الشكل١٠). وهذا الخط يوضح الانفصال عن الماضى، ووقت إحداث تغيير فى الحياة. وأحيانًا ما يسمى "خط التقاعد"؛ حيث غالبًا ما يعتزل الناس الحياة العملية فى منتصف عقد الستينات ويبدءون مرحلة جديدة تختلف عن السنوات السابقة.



الشكل١٠، التجاعيد الأفقية فى هذا الموضع من الذقن تعكس تغير نمط الحياة فى عقد الستينات من عمره.

الفك = السبعينات

تعبر الناحيتان اليمنى واليسرى من الفك عن خبرات الفرد فى عقد السبعينات من عمره، والفك البارز واضح المعالم يعبر عن عقد إيجابى، وإذا كان بهما أية علامات فإنها توضح لك المراحل التالية التى ستتعامل فيها مجددًا مع مشاكل الحياة.

وهذه المرحلة مرحلة تحرر كبير، بل إنها أحيانًا ما تتضمن التحرر بالمعنى الحرفى للكلمة، فيتنازل الفرد فيها عن ممتلكاته ليتقرب من أسرته، أو يسكن فى منزل صغير، أو فى أحد دور الرعاية أو دور المسنين. وقد يحدث فى هذه

الفترة أيضًا تحول عقلى؛ حيث تتغير أولويات الفرد، أو ينظر لعلاقاته من منظور جديد، وهو ما يحدث عندما تتوصل إلى حل للمشكلات القديمة أو عندما تضع حدًا للصراعات. وقد تكون فترة السبعينات فترة بداية اهتمام الفرد بحالته الداخلية، ويركز على تعديل أوضاع حياته ليجعل مراحلها كما يريدها أن تكون.

جانبى الوجه = الثمانينات والتسعينات

بالنسبة للمرأة فإن الجانب الأيمن من الوجه يعكس فترة الثمانينات والجانب الأيسر خاص بفترة التسعينات، أما بالنسبة للرجل فالمسألة معكوسة؛ حيث إن الجانب الأيسر هو الذى يتعلق بفترة الثمانينات والجانب الأيمن هو الذى يتعلق بفترة التسعينات. فى هذه المرحلة من الحياة يقل التركيز على "التلال" و"الأنهار" ويتواصل العمل الذى بدأ فى عقد السبعينات. وهذه السنوات مرحلة جديدة من الاقتراب من ذاتك الحقيقية؛ فمع تقدمك فى السن تصبح أكثر قربًا من ذاتك الحقيقية وتوحدًا معها، وعندئذ تصبح مهمتك أن تستمتع بحلاوة وإيجابية ذلك القرب من الذات بعيدًا عن أية سلبية.

وكما هو الحال مع عقود العمر الأخرى فسنفحص التجاعيد، والعلامات، والتغير فى اللون لنتعرف على طبيعة الضغوط أو التحديات التى تواجهنا فى هذه الفترة. على الرغم من وجود الكثير من التجاعيد والعلامات فى هذه السن فإن هذا ليس شيئًا سيئًا؛ فكل خط يعنى شيئًا جديدًا أضيف إليك كمعلومة اكتسبتها، أو انفعال أحسست به، أو درس تعلمته، وجميع هذه الأشياء أجزاء من رحلتك عبر الحياة.

أسفل الذقن = ٩٩/ ١٠٠

نقطة أسفل الذقن هى التى تعبر عن إكمالك للمائة سنة الأولى من حياتك، وعندما تصل إلى هذه المرحلة فإن هذا يعنى أنك ستعيد الدورة السابقة من جديد.

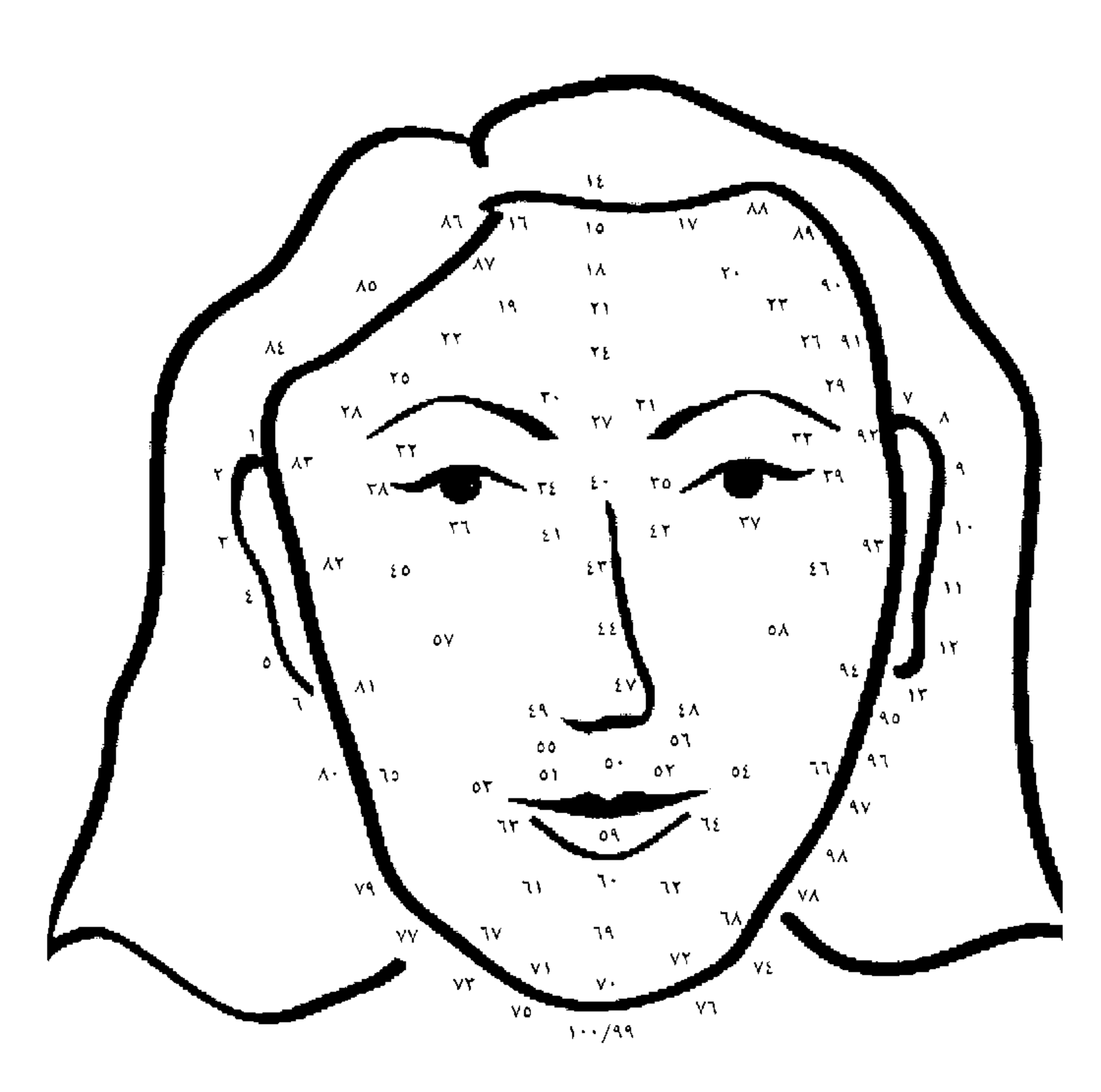
نقاط التحول الأربع

يعتقد الصينيون بشدة أن أهم مراحل الحياة هى الفترات الانتقالية التى بين العقود، وتعلمنا قراءة الوجه أن التغيرات المهمة فعلًا لا تبدأ حتى نبدأ مرحلة الأربعينات. وهذه الفترات الانتقالية تسمى"نقاط التحول الأربع"، أو "البوابات الأربع".

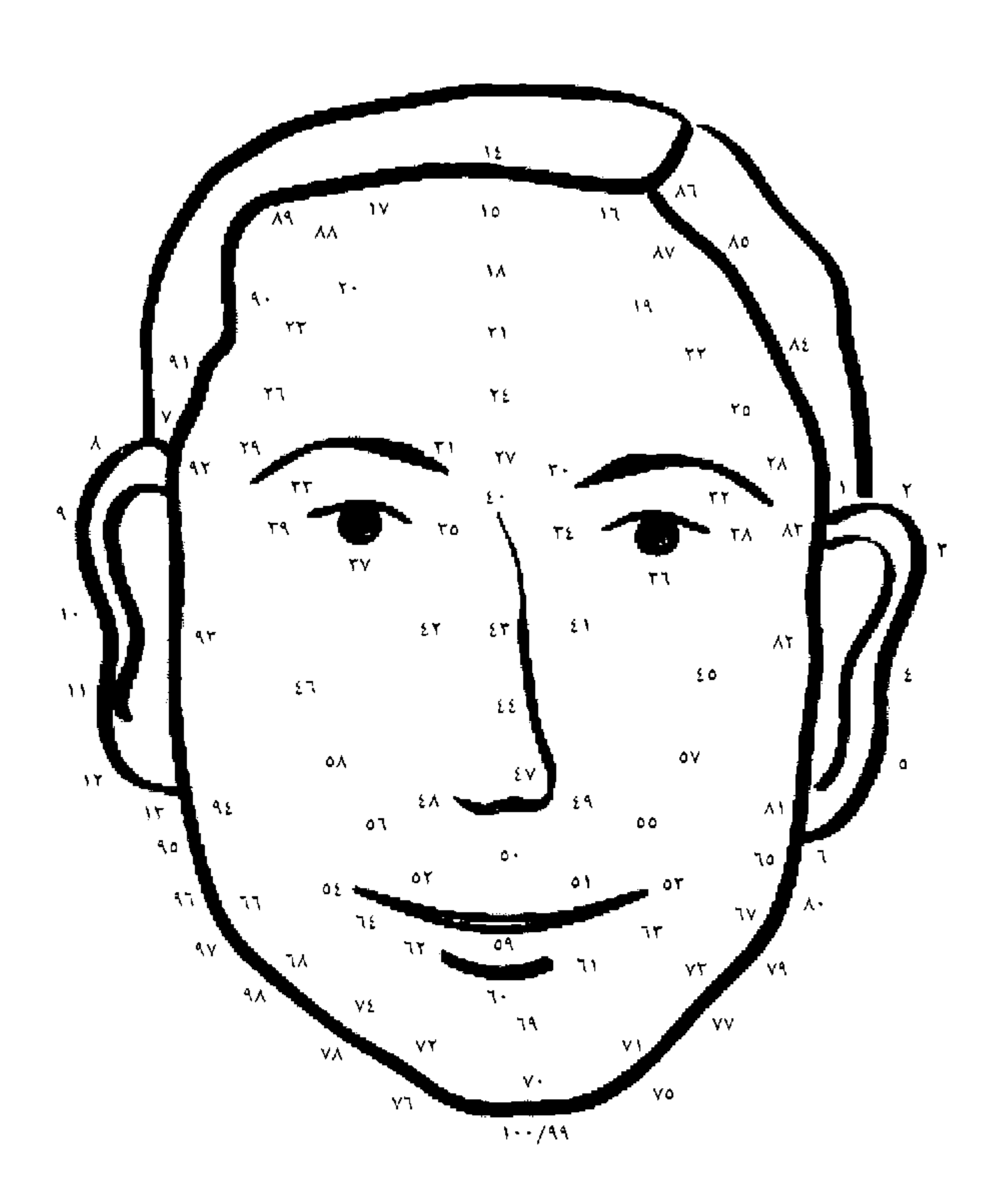
وتقع النقطة أو البوابة الأولى بين الحاجبين مصاحبة لدخول الفرد فترة الأربعينات؛ حيث يبدأ فى تحديد مكانته فى الحياة. وتقع البوابة الثانية عند وهدة الشفة العليا "الحز الذى يوجد أعلى الشفة العليا"، ونتعامل معها عندما نبدأ فترة الخمسينات وهى مرحلة نبحث فيها عما نريده من الحياة ولم نحصل عليه بعد. والبوابة الثالثة تقع أسفل الشفة السفلية ونتعامل معها عندما ندخل مرحلة الستينات، وهى وقت التقاعد، وقلة النشاط، وغير ذلك من التغيرات الرئيسية الأخرى فى حياتنا. وتقع البوابة الرابعة أسفل الذقن وتظهر مع دخولنا مرحلة السبعينات، وهى وقت التحرر والاقتراب من الذات الداخلية.

ومن هنا فإن الوجه يوضح لك ماضيك ومستقبلك وفقًا لشخصيتك التى أنت عليها فى هذه اللحظة. لكل سنة من عمرك نقطة على وجهك كما هو مبين فى خريطة وجه الرجل وخريطة وجه الأنثى التاليين (انظر الشكل١١، والشكل١٢). يمكنك الاستعانة بهاتين الصورتين لتعرف المعنى المحتمل لكل علامة. على سبيل المثال إذا كان لديك خط أفقى عميق وسط جبهتك؛ فقد يعكس هذا أول علاقة عاطفية قوية لك فى سن الحادية والعشرين. أما الشامة بجوار حاجب سيدة فربما تعنى ولادة أول طفل لها عندما كان عمرها اثنين وثلاثين عامًا.

وربما كان هناك أكثر من علامة للدلالة على خبرة واحدة دامت لفترة من الوقت مثل زيجة غير موفقة. فى مثل هذه الحالة سيعكس وجهك السنوات الأكثر صعوبة التى مررت بها، أو قد يظهر عليه مجموعة من العلامات التى تسجل الخبرة بكاملها والوقت الذى استغرقته. كان أحد العملاء الذين جاءونى مؤخرًا يحمل على جبهته تجعيدًا أفقيًا صغيرًا فى النقطة التى تشير إلى سن السادسة والعشرين، وهى السن التى تزوج فيها، وقد ظهر فى وجهه تجعيد أعمق من الأول عندما اكتشف خيانة زوجته له وهو فى الثامنة والعشرين، وظهر بجوار عينيه حز فى سن التاسعة والثلاثين عندما طلق زوجته طلاقًا مأساويًا.



الشكل١١ ، خريطة وجه المرأة



الشكل١٢ : خريطة وجه الرجل

العلامات

عندما تقرأ ملحمة حياتك على وجهك، فمن المؤكد أنك ستلاحظ كثرة العلامات بين تجاعيد، وجروح، وتغير فى اللون، وما شابه ذلك. ومع ذلك، فليس من بين هذه العلامات ما يدل على أن هناك "خطأ" فى حياتك أو أن شيئًا سيئًا قد حدث أو سيحدث بها؛ فكل ما فى الأمر أن جميع هذه العلامات ببساطة تمثل لحظة من مغامرة حياتك وتشير إلى خبرة مفيدة سواء كانت إيجابية أو سلبية، وغالبًا ما تكون درسًا تعلمتَه. وربما لا تستطيع إلا من خلال الفحص الدقيق لكل ما مر بك من مغامرات أن تعود بذاكرتك للوراء لتسترجع أحداث حياتك بأكملها وتفهم بوضوح الحدث المحدد الذى رسم كل علامة على وجهك.

العقل والجسم مترابطان تمام الارتباط كما رأينا؛ لذلك فإن أية علامة على وجهك تعكس مشكلة انفعالية، أو جسمية، أو كليهما معًا. وعندما تقيم معنى كل علامة على وجهك فإن هذا سيمكنك من معرفة ما يناسبك وينطبق عليك. وعندما تقرأ وجوه الآخرين فستتمكن من معرفة ما يناسبهم وينطبق عليهم مستعينًا مع قراءة الوجه بتوجيه بعض الأسئلة لهم.

وقراءة الوجه لا تهتم كثيرًا بالعلامات البسيطة غير الواضحة – وما أكثر هذه العلامات – بل تهتم بالعلامات الكبيرة، والأكثر من ذلك أن ملامح الوجه البارزة أكثر أهمية فى الكشف بوضوح عن طبيعة شخصيتك الحالية، وعن قدراتك الهائلة التى تساعدك على معرفة رسالتك فى الحياة.

التجاعيد

ينبغى أن نفخر بالتجاعيد على وجوهنا! إنها انعكاس لخبرات الحياة، ولما أحسسنا به من انفعالات صادقة، وللحكمة التى اكتسبناها. ولا ينبغى أن نستهدف التخلص من هذه التجاعيد رغم أننى قد اكتشفت أننا كلما عالجنا المصاعب الشخصية التى تواجهنا فإن التجاعيد المرتبطة بها تتضاءل (أجل.. فى تلك المرحلة المتأخرة!). ما ينبغى علينا هو أن نفهم معنى كل واحدة من هذه التجاعيد؛ لأن هذا الإدراك سيمكننا من تقبل ذواتنا ومحبتها بشكل أكبر.

هناك ثلاثة أنواع من البشر ممن لا يوجد على وجوههم سوى القليل من التجاعيد رغم تقدمهم فى السن. وأحد هذه الأنواع هم أولئك المشغولون للغاية لأنهم بعيدون تمامًا عن مشاعرهم الداخلية؛ فالتجاوب مع الانفعالات هو ما يسبب ظهور معظم هذه العلامات دائمًا. وإذا كان من الخطر على الفرد أن يشعر؛ فإنه يكبت انفعالاته وتظهر على وجهه التجاعيد. كان بعض عملائى من السيدات، وكانت وجوههن تحمل القليل من التجاعيد على الرغم من أنهن قضين عدة سنوات فى زيجات تعيسة، وما حدث هو أنهن مارسن ضغوطًا كبيرة على أنفسهن كيلا يشعرن بالآلام الهائلة التى تملأ حياتهن، وانتهى بهن الحال إلى وجوه خالية من التجاعيد (وقلوب خالية من المشاعر).

عانى أحد عملائى طفولة خالية من الرعاية؛ فقد أصيبت والدته بعد ولادته مباشرة بمرض عقلى خرج عن نطاق السيطرة، فأرسل خارج البلاد إلى أوربا حيث يعيش بعض أقاربه الذين تعاملوا معه على أنه عبء وليس على أنه طفل يحتاج إلى الحب والرعاية. لم يكن له غرفة ولا سرير خاص به، وكان عليه أن ينتقل بين العديد من المدارس والبلدان، بل واللغات. وعندما بلغ المراهقة أعيد إلى والدته؛ حيث سمح له بأن ينام على سرير فى الحجرة الصغيرة التى تعيش فيها، وكان عليه أن يخلع ملاءات ومفارش الأسرة ويحملها إلى خارج الغرفة كل صباح؛ لأن أمه كانت تحب أن تنظر إلى منظر مراتب الأسرة وهى مكشوفة نهارًا، ولم يكن مسموحًا له بأن يعيد المفارش والملاءات إلى سريره إلا عندما يذهب إلى النوم مساءً. ولذلك فحتى عندما رجع إلى أمه لم يكن يشعر بأن له مكانًا هادئًا ومستقرًا يمكن أن يعتبره مسكنًا آمنًا خاصًا به.

وعلى الرغم من أنه كان فى الثامنة والخمسين إلا أن وجهه كان خاليًا من التجاعيد، وكان يعلم تمامًا أنه كتم مشاعر طفولته وأنه انهمك فى عملية نمو ذاتى ليستطيع التعامل برفق مع هذه الانفعالات. وبعد عدة أسابيع من الاستشارة هاتفنى وهو قلق بشدة ليخبرنى بأن التجاعيد قد ظهرت فجأة على وجهه! وقد تعامل مع هذا الأمر على أنه علامة على أنه صار يؤمن حقًا بأنه آمن فى استشعار مشاعره، وكان واثقًا بأن أغلب هذه التجاعيد ستتضاءل بالضرورة إذا تقبل هذه الانفعالات ثم تحرر منها.

والسبب الثانى لعدم ظهور التجاعيد على وجه أحدهم أن هذا الشخص ربما عاش حياة محمية بدرجة كبيرة؛ فلم يدخل فى الكثير من التجارب التى ينتج

عنها انفعالات قوية. وإذا تعرض شخص مثل هذا لصدمة، فمن السهل جدًا أن يمتلئ وجهه بالتجاعيد فى وقت قصير، وما لم يكن لديه خبرة فى كيفية التعامل مع الضغوط والتوافق مع الانفعالات القوية فإن وجهه سيصاب بالتجاعيد بصورة مفاجئة ومأساوية.

كان من بين حضور إحدى ورش العمل التى عقدتها رجل عمره اثنان وستون عامًا، وكان يكدره أنه عاش حياته فى أضيق الحدود؛ فهو لا يزال يعيش فى البيت الذى نشأ فيه، واختار مهنة تعزله عن الآخرين، ولم يتزوج أبدًا. وكان غير الطبيعى مع ذلك الرجل أن وجهه يتمتع بالشباب؛ حيث لم تصبه أية تجاعيد على الإطلاق. وقد حضر هذا الرجل إلى ورشة العمل لأنه رأى بعد هذه الفترة الطويلة من التوحد والعزلة أنه مستعد لدخول معترك تجارب الحياة بشكل أكبر. وكان ما أثار دهشتى أن أبرز معالم وجهه كان ذقنه، والذقن كما أوضحنا آنفًا ترتبط بفترة الستينات من العمر وبقوة الإرادة (كما سأبين لاحقًا فى هذا الكتاب). لذلك توافرت لدى هذا الرجل - بعد معرفته بطبيعة المرحلة التى يمر بها - الشجاعة اللازمة لإشباع حاجته المتمثلة فى المشاركة فى الحياة بالكامل.

والنوع الثالث من ذوى التجاعيد القليلة يختلف تمامًا عن النوعين السابقين؛ فقد تعلم هذا النوع عدم الثبات على حال؛ فالخطوط تظهر على وجهه ثم تختفى لأنه يستطيع تقبل المشاعر والتحرر منها بمجرد ظهورها. وأنا أعتقد أن الانفعال الأسوأ هو الانفعال الذى يصعب التحرر منه. لذلك فإذا تشبثت بمشاعر معينة وأغرقت نفسك فيها بصورة دائمة، أو إذا لم تستطع توجيهها التوجيه المناسب، فسيزداد أسرك فى تلك المشاعر قوة. ومع ذلك فقد استطاع هذا الرجل اكتشاف طرق من شأنها أن تحرره من انفعالات السلبية التى تعيق تدفق طاقته.

إذا كان لديك تجعيد على وجهك يسبب لك الضيق، فهناك تجربة يمكنك أن تجريها لتكتشف سبب هذا التجعيد: ضع قطعة من شريط لاصق على التجعيد واتركه لبضع ساعات (اختر وقتًا لا يأتيك فيه أحد). عندما تشعر بأن الشريط اللاصق يجذب جلدك، فاعلم أنك فى هذه اللحظة تقوِّم التعبير الذى يسبب التجعيد. قف لحظة مع نفسك، وانتبه، واسأل نفسك عما تشعر به وما يدور فى خاطرك. ربما استطعت التعرف على نمط انفعالى أو أكثر يتناوب عليك طوال هذه الأوقات. وقد يكون هذا تمرينًا ممتعًا للتعامل مع الانفعالات المكبوتة واكتشاف طريقة للتعامل معها. إذا فعلْت ذلك، فسترى بنفسك أن التجعيد قد بدأ يتلاشى،

بل وربما اختفى. إذا تشبثت بالضغوط الانفعالية، فستثبت هذه الضغوط لديك بدنيًا أيضًا، أما إذا تحررت منها، فسيتخلص جسمك منها أيضًا.

— **التجاعيد الأفقية :** عادة ما يؤدى ما يمر بك من خبرات فى حياتك إلى أن تترك على وجهك تجاعيد أفقية. والانفعالات الجيدة لا تختلف عن الانفعالات السيئة من حيث أثرها على الوجه. تذكر أن المهم هنا ليس نوعية الانفعال ولكن مدى تأثرك به. حدد الأحداث المهمة فى حياتك مثل: تاريخ زواجك أو طلاقك، وتاريخ وفاة والديك، وتاريخ ميلاد ابنك. يظهر وجهك الخبرات الصعبة التى مرت بك مثل أدائك فترة التدريب العسكرية، أو فترة التدريب بكلية الطب، أو عندما هرب كلبك، أو غير ذلك من التجارب المهمة بالنسبة لك.

— **التجاعيد الرأسية :** هل تذكر وقت أن كانت والدتك تقول لك: "لا تعبس باستمرار حتى لا يتجعد وجهك!"؟ هذا القول فيه شىء من الصحة، فنحن يغلب علينا أن نكرر أنماطًا من التعبيرات ترتبط بانفعالات معينة نحس بها باستمرار؛ لذلك فإن تكرار الفرد لحركة معينة على وجهه على مدار فترة من الوقت يجعل هذا التعبير ينطبع على وجهه. وأغلب العلامات التى تحدث بهذه الطريقة انفعالات رأسية الشكل. على سبيل المثال، من المعتاد أن نرى خطين رأسيين بين حاجبى أحدهم، وهذان الخطان نتيجة لأحد سببين: فإما نتيجة لإحباط مصحوب بالغضب، أو لتركيز مكثف مصحوب ببذل الجهد، وعادةً ما يكون هذان السببان مقترنين بتوتر يركز على فكرة أو انفعال.

النمش والشامات

إذا كان لديك قليل من النمش على وجهك؛ فعادة ما يعتبر هذا أقل وأبسط العلامات الدالة على زمن وقوع حدث فى حياتك أو تعلمك درسًا لا يُنسى. يمكنك تحديد توقيت وقوع ذلك الحدث من خلال الاستعانة بخريطة الوجه. ومع ذلك، فإذا كان النمش يملأ وجهك، فهذا يعنى أنك تنتمى للعنصر النارى الذى سنوضحه بالتفصيل فى الفصلين التاسع والعاشر.

والشامة تنتمى إلى فئة مستقلة بذاتها، وقد اعتبر الصينيون معظم الشامات مهمة. وسنتناول الشامات بالشرح المفصل فى الفصلين الثالث عشر والرابع عشر اللذين يناقشان العنصر المعدنى.

الندوب

على النقيض من التجاعيد الناتجة عن الانطباعات؛ فإن الندوب فى مناطق معينة من الوجه تشير إلى مشكلة من مشكلات الحياة لا يزال أثرها باقيًا. يحافظ جسم الإنسان على بعض الأشياء لفترة زمنية محددة، ثم يظهرها لك ليعطيك فرصة التعامل معها.

وكما شاهدنا على خريطة الوجه، فإن كل مرحلة عمرية لك يمثلها جزء من أجزاء الوجه؛ وبالتالى فإذا كان لديك ندبة فيمكنك فحصها لمعرفة المرحلة العمرية التى ترتبط بمكان وجودها. وإذا كان مكان الإصابة يدل على مرحلة عمرية اجتزتَها، فعليك أن تعود بالذاكرة للماضى لتفهم السبب فى أن ظهور هذه العلامة على وجهك دليل على مرحلة مهمة من حياتك. تذكر أن الارتباط بين الوقت والمكان على الوجه مسألة تقريبية؛ فربما كان وقت ظهور الندبة يسبق ما هو ظاهر على خريطة الوجه أو يليه بسنة.

أما إذا رأيت ندبة فى مكان من وجهك يرتبط بسن لم تبلغها بعد كأن يكون عمرك تسعة وعشرين عامًا، ومكان الندبة على وجهك مرتبط بسن الخمسين؛ فهذا يشير إلى أن "العمر الافتراضى" لمشكلة فى حياتك سينتهى فى سن الخمسين، وبعبارة أخرى فإن هذه الندبة دليل على أن سن الخمسين وقت ظهور هذه المشكلة مرة أخرى والتعامل معها تعاملًا جديدًا. والاحتمال الأرجح أنك ستمر بتجربة فى هذه السن تكون بمثابة درس لك يرتبط بهذه المشكلة، وسيمنحك تجدد ظهور هذه المشكلة الفرصة لتتجاوزها وتتخلص منها نهائيًا.

وإليك كيفية تعامل قراءة الوجه مع الندوب: هب أنك وقعت فى التاسعة من عمرك من على الدراجة وأصبت بجرح فى وجنتك، وفى نفس ذلك الوقت انفصل والداك وانتقل أبوك إلى بلدة بعيدة. ربما كانت الانفعالات التى تضطرم بداخلك عندئذ انفعالات الهجر وعدم الأمان.

إذا كان مكان الجرح على خدك مرتبطًا بسن السابعة والثلاثين كما توضح لك خريطة الوجه – مثلًا – فإن هذا قد يكون دليلاً على أن شيئًا سيحدث لك يساعدك على التغلب على الانفعالات التى لم تتحرر منها والمتراكمة لديك منذ سن التاسعة. وربما تمثلت فى هجران محبوبك لك أو وفاة أبيك. إن هذه العلامة توضح لك المرحلة فى حياتك التى ستواتيك فيها الفرصة لتعالج تلك المشاكل وتتخذ إجراءً مناسبًا لحسم الأمر سواء أردت هذا أم لا.

ولذلك؛ فإنك إذا لم تتعامل مع خبرة طفولتك ببلوغك سن السابعة والثلاثين – فى هذه الحالة – فسيحدث شىء من شأنه أن يلفت انتباهك لهذه المشاعر، ومع ذلك فستظل الفرصة قائمة – بالطبع – لك للتعامل مع هذه الخبرة فى أية مرحلة من حياتك قبل أن تصل لهذا العمر. وإذا فعلت هذا، فالاحتمال الأغلب ألا تواجه خبرة من أى نوع تتعلق بهذا الموضوع عندما تبلغ سن السابعة والثلاثين، ومن المحتمل أيضًا أن تختفى هذه الندبة أو يقل وضوحها؛ فالوجه دائمًا مجرد انعكاس لما يدور بداخلك.

فى أثناء وجودى فى باريس منذ سنوات مضت تناولت العشاء مع أميرة من الشرق الأوسط تعيش فى المنفى. وقبل هذا بسنوات كان والدها قد اغتيل فى انقلاب عسكرى، فاضطرت أن تهرب إلى فرنسا وقد انهارت العائلة بالكامل نتيجة الصدمة المفاجئة، وكانت هى تشعر بالعزلة والتعاسة. طلبت منى أن أقرأ وجهها، وحدث أن أصابتها الدهشة بسبب ما قلته لها، وأكدت لى أنه صحيح.. إلى أن وصلنا إلى نقطة معينة فى الحوار. نظرت إلى الوهدة على شفتها العليا وكانت طويلة وواضحة المعالم، وهو ما يعتبره الصينيون دليلًا على طول العمر، فأخبرتها بذلك. وفجأة بدا الحال منها كما لو كانت قد صكت بابًا فى وجهى بقوة، وانتصبت فى جلستها وقالت: "كلا.. إننى أعلم أن هذا غير صحيح؛ لأننى سأموت فى الثالثة والستين من عمرى!".

وعندما سألتها عن سبب هذا الاعتقاد لديها قالت: "لأن أبى قتل فى الثالثة والستين، وأنا أعلم أنه مقدر لى أن أموت أنا أيضًا فى هذه السن". لم يكن لدى الكثير لأقوله لها كرد على ذلك! ومع ذلك فقد قلت لها بهدوء إن وجهها لا يخبر بهذا. فى هذه اللحظة غيرت من وضع جلستها، فاتضح لى من ضوء المصباح ندبة فى ذقنها لم أكن قد رأيتها من قبل.

وما جعل الدم يتجمد فى عروقى عندئذٍ هو أن الندبة فى المكان المرتبط بسن الثالثة والستين، فسألتها: "متى أصبت بهذا الجرح فى ذقنك؟".

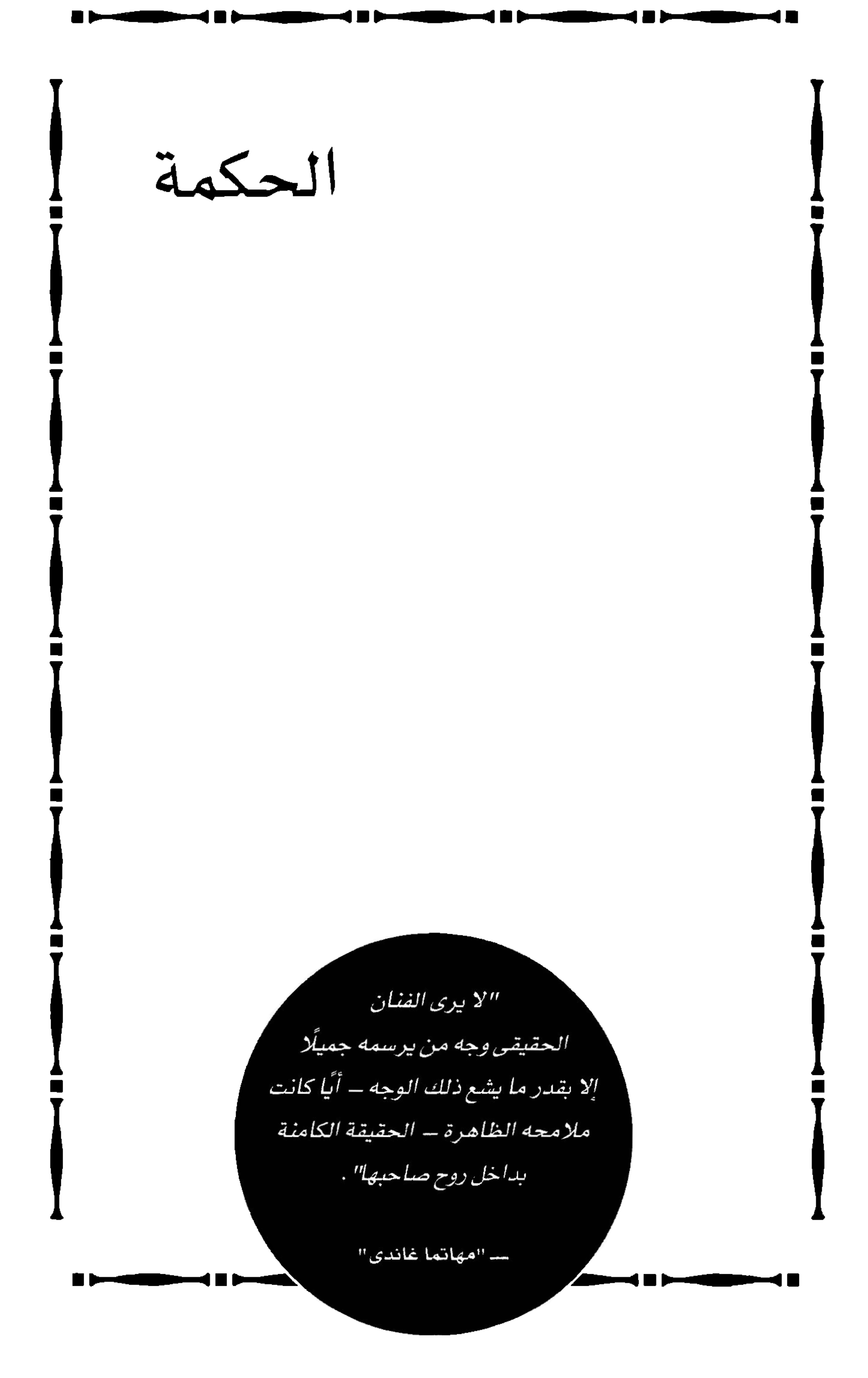
فقالت: "فى حادث سيارة ليلة مقتل والدى". وهكذا وضعنا أيدينا على دليل ملموس يبين لنا أنه فى سن الثالثة والستين سيكون على هذه الأميرة أن تتعامل مع أية مشاكل انفعالية ناجمة عن اغتيال أبيها وتفرق شمل عائلتها. لم أعتقد أن هذا يعنى أنها ستموت فى الثالثة والستين، ومع ذلك فمن المؤكد أنها ستتاح لها فى هذه السن الفرصة للتعامل مع هذه المحنة وتجاوزها.

وإصابة أحد معالم الوجه الرئيسية بندبة يقلل من الطاقة التى يمثلها هذا الجزء. على سبيل المثال إذا أصيب حاجبك بجرح؛ فهذا قد يؤثر على مستوى شعورك بالثقة بنفسك لأن هذا – وكما سأبين فيما بعد – أحد جوانب الشخصية التى يعبر عنها عضو خارجى ظاهر.

والعلامات الشخصية المتفردة قد تكون دلائل مذهلة على ما حدث لك فى الماضى، وما هو فى انتظارك. ولكن الأهم من هذا شيئان هما: الخطوط الناتجة عن تعبيرات متكررة، والملامح الموجودة بالفعل على وجهك. وحتى نفهمهما، فنحن بحاجة الآن إلى التعمق بصورة أكبر فى الأصول القديمة التى تقوم عليها قراءة الوجه.



الجزء ٢



الحكمة

"لا يرى الفنان
الحقيقى وجه من يرسمه جميلًا
إلا بقدر ما يشع ذلك الوجه – أيًا كانت
ملامحه الظاهرة – الحقيقة الكامنة
بداخل روح صاحبها" .

– "مهاتما غاندى"



المبادئ الكونية



وصلنا الآن إلى أهم مرحلة فى رحلتنا؛ حيث سنتعلم المبادئ التى تقوم عليها هذه الحكمة، ثم نتعمق معًا فى دراسة العناصر الخمسة أو الخصائص النموذجية التى تميز الوجوه. لكل عنصر من العناصر الخمسة للوجوه رسمان نموذجيان يتبعهما فصلان - لكل رسم فصل. فى البداية سنلقى معًا إطلالة عامة على هذه النوعية من الشخصية، ونتعرف على عدد كبير من الطرق التى تستطيع من خلالها التعبير عنها فى حياتك. وبعد ذلك سنكتشف الأساليب التى تمكننا من معرفة كيفية تعبير هذه الطاقة عن نفسها فى وجهك.

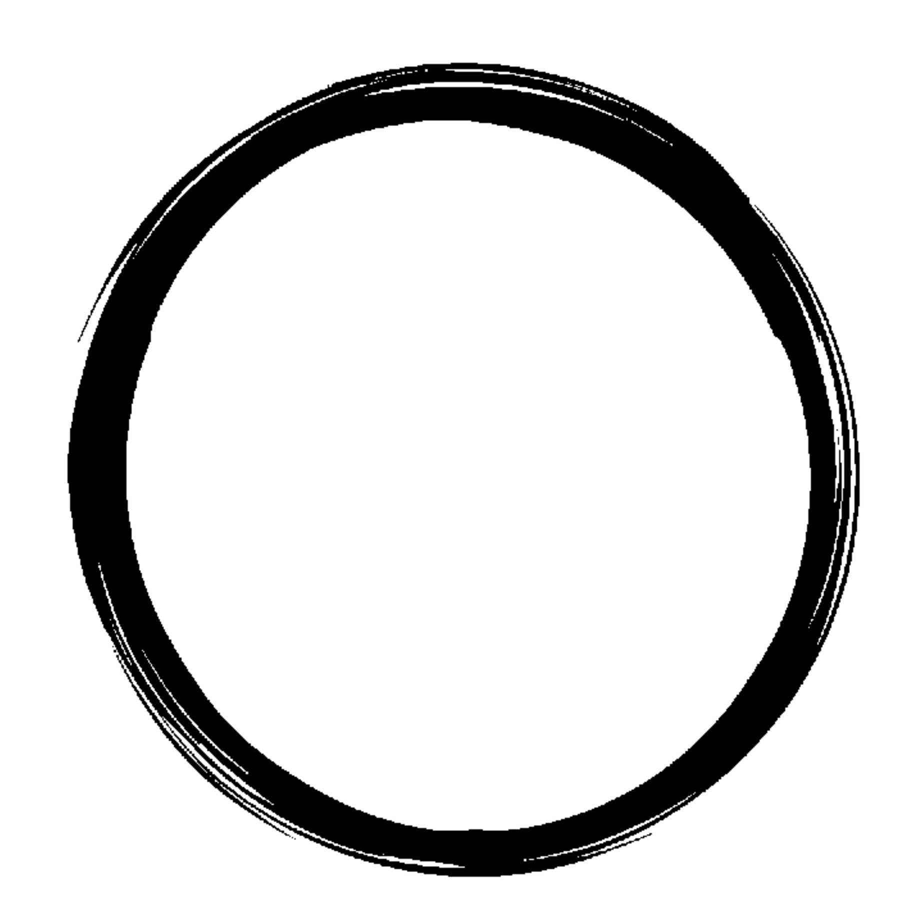
ملحوظة عن الصور الواردة فى الكتاب بداية من صور الوجه الكاملة للصور التى تركز على التفاصيل الأصغر: كل صورة تستهدف فقط التوضيح كنموذج لمظهر الوجه، أو الملامح، أو العلامات، وليس من الضرورى أن تكون لديك نفس هذه التفاصيل *بالضبط* لتتصف بالخصائص المصاحبة لها؛ فهذه الصور استرشادية فقط وليست ملزمة.



تنطوى الفلسفة الصينية على نوع من معرفة سرية تبلغ من القوة ما يمكنها من تغيير حياتك، ولقد تطورت هذه الحكمة القديمة عبر آلاف السنين من الملاحظة العلمية للدورات التى يمر بها الإنسان والطبيعة، وهذه الفترة من البحث تعتبر بمثابة أعظم عصر للبحث والتطور عرفه الإنسان فى تاريخه.

وكان ما اكتشفه الصينيون من هذه الملاحظة الأسس الكونية الكامنة خلف كل صور الحياة – وهى الفهم الراقى والبسيط للبشر، والأماكن، والعالم كوحدة كلية تعمل معًا. وعلى مر القرون طُمست هذه الحكمة تحت طبقات كثيفة من الأساطير والخرافات، أو ظلت مدفونة فى النصوص الطبية الجامدة، ومع ذلك فقد ظلت كامنة ككنز دفين كخلاصة فهم الصينيين لكيفية تحرك العالم. وتقوم قراءة الوجه على ذات الأسس القديمة التى تشكل أساس العلاج بالإبر الصينية والطب الصينى القديم، وهى جزء من الفهم الراقى والبسيط والسهل للخليقة ككل.

لذلك؛ فإننى أود أن أوضح لكم معنى الحياة – ولا تحسبوا أننى أمزح:



عبر آلاف السنين وضع الصينيون الطبيعة تحت ملاحظتهم؛ حيث لاحظوا تناوب دورات الوقت يوميًا: مساء، فصباحًا، فظهيرة، فعصرًا، فعشية. ولاحظوا

أيضًا تتابع الفصول: السكون البارد للشتاء، ثم حيوية الربيع، ثم الازدهار الكامل للصيف، ثم أوائل الخريف حيث تتساقط الفواكه الناضجة من الأشجار وأواخر الخريف حيث تذبل الأوراق والنباتات ويظهر عليها الانكماش والموت. لاحظ الصينيون أن الإنسان يمر بمراحل مختلفة فى الحياة من جنين يتحرك فى بطن أمه، إلى طفل صغير ملىء بالنشاط، إلى ريعان الشباب حيث يكون الجسم فى ذروة قوته، إلى الشيخوخة عندما يبدأ الجميع فى الضعف، إلى فترة الهرم حيث يذوى الإنسان مقتربًا من الموت.

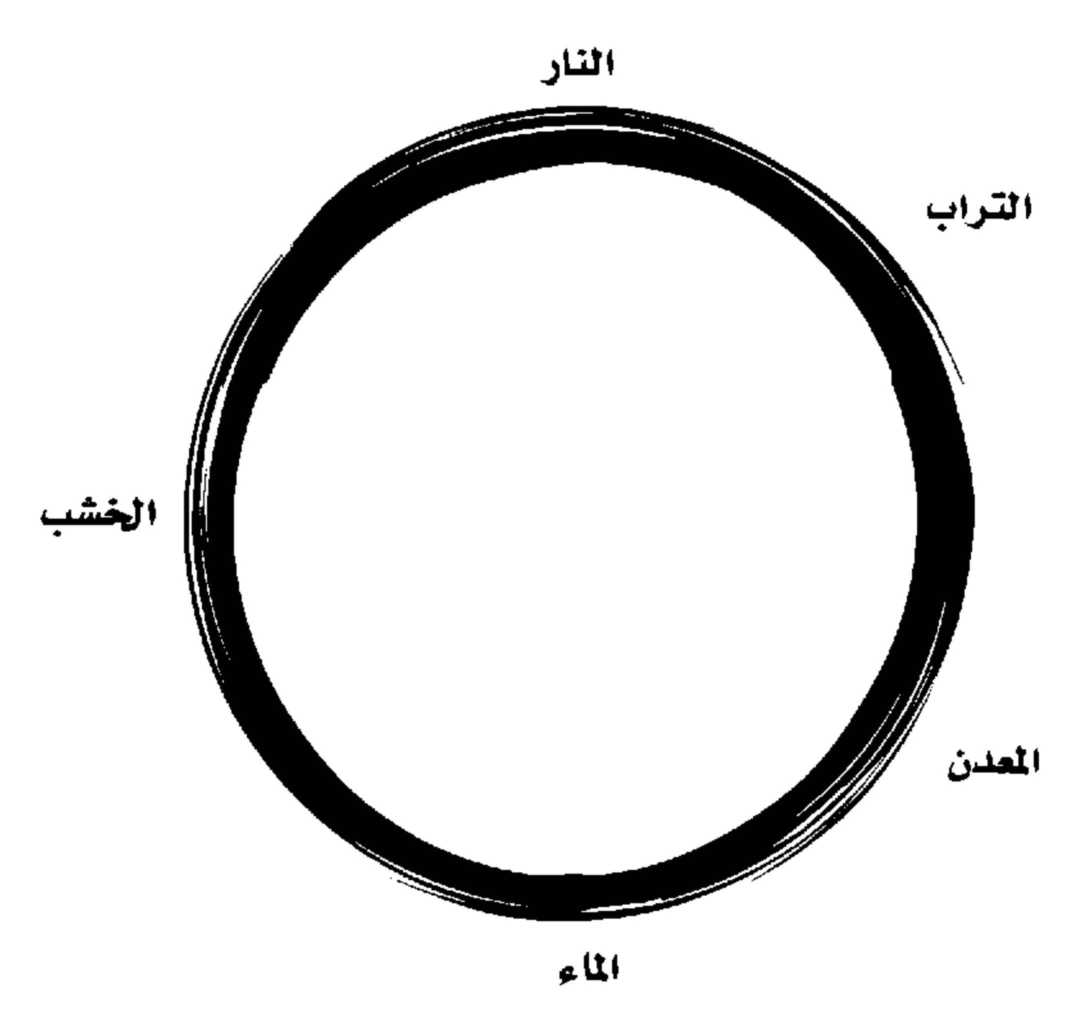
وما توصل إليه الصينيون من ذلك هو أن الحياة تسير فى صورة دورات، وهى مراحل واضحة معروفة يحدث الانتقال فيها بسلاسة من البداية إلى النهاية، ثم تبدأ دورة جديدة. وعندما لاحظوا التكرار السلس الانسيابى لهذه الدورة الطبيعية، فقد بدءوا فى تمييز أطوار مختلفة تسير الأشياء خلالها فى أثناء اجتيازها لهذه الدورة. إن طاقة ساعة الفجر لا تشبه بحال طاقة ساعة ما بعد الظهيرة، ونضارة الصيف تختلف عن خمول الشتاء، وكذلك فإن الطاقة لدى الطفل تختلف اختلافًا كليًا عن طاقته عندما يتقدم فى العمر.

ولما كانت الحياة والطاقة يتحركان فى هذه الدائرة؛ فإن خصائصها تختلف باختلاف المراحل المتعددة التى تجتازها، ويصيبها التغير مع حركتها. وقد حدد الصينيون خمس مراحل للتغير، وأطلقوا عليها أسماء وصفية مميزة؛ وهى: الماء، والخشب، والنار، والتراب، والمعدن. وهذا لا يعنى أن الصينيين القدامى كانوا يعتقدون أن مادة الكون تتألف من هذه المواد؛ فهذه الأسماء ليست إلا رموزًا لنوع الطاقة المميزة لكل مرحلة من مراحل الدورة. وقد أصبحت هذه الرموز أو النماذج الأصلية تسمى *العناصر الخمسة* أو *الأطوار الخمسة*.

ونحن البشر أيضًا نشبه فصول العام، وأوقات اليوم، وأوقات الحياة فى أننا عرضة للمرور بنفس هذه الدورة، ولنفس القوانين الطبيعية. وحركة العناصر الخمسة تنطبق على كل شىء فى الوجود — من متوسط أعمارنا، لوجبات طعامنا، للقاءات أعمالنا، لتنفسنا، لأجسامنا، لشخصياتنا — وبذلك نستطيع أن نرى الخليقة بالكامل من خلال هذا النمط الراقى الجميل. وتتمثل أهمية فهم هذه الدورة فى أنها تبين لنا شكل التغير والانتظام الذى يعتبر الحقيقة الثابتة فى الحياة. وهذه الدورة تسير فى انسجام؛ لذلك علينا أن نتعاون معها كيلا نشذ عنها.



ويعود هذا الفهم للعناصر الخمسة إلى الألفية الثانية أو الثالثة قبل الميلاد (وأقدم نصوص وصلتنا منه تعود للقرنين الثالث والرابع قبل الميلاد). وهذا الفهم أسلوب قديم معقد ومتعمق جدًا لتصور كيفية سير الحياة، وربما كانت دراسة العناصر الخمسة مغامرة تستغرق العمر بالكامل، ومع ذلك فإن هذه الدراسة - شأن كل معرفة كاملة التطور - من السهل أن نبدأ فورًا في تطبيقها تطبيقًا عمليًا في حياتنا؛ لذلك دعنا نلق نظرة سريعة على كل عنصر لنكون رؤية واضحة عنه.



الشكل ١٤: دورة العناصر الخمسة

— **الماء = الليل، والشتاء، والموت، وفترة ما قبل الميلاد.** هذا العنصر هو طاقة السبات والسكون الشتوي، وهو أيضًا طاقة سكون الليل. هو رعشة الموت، ولكنه أيضًا طاقة ما قبل الميلاد عندما يتهادى الجنين في سوائل رحم الأم، وتنمو

الحبة تحت الأرض. الماء معتم، وساكن، وذو طاقة هادئة، ومع ذلك فهو يحتوى على قدرة هائلة.

— **الخشب = الصباح، والربيع، والميلاد، والطفولة.** هذا العنصر هو الدافع للحياة وعنوان الربيع، والقوة التى تساعد النباتات على شق الأرض لتخرج للعالم. هو الصباح ساعة الفجر عندما تتحرك كل صور الحياة فى ميلاد ونمو.. هو الطاقة النشطة التى تملأ الأطفال فى أثناء صياحهم وركضهم. الخشب طاقة قوية صاعدة الحركة.

— **النار = الظهيرة، والصيف، وريعان الحياة.** هذا العنصر هو الصيف عندما تبلغ النباتات ذروة نموها، وهو ساعة الظهيرة عندما تتعامد الشمس على الرءوس، وهو الحرارة فى أقوى درجاتها. النار هى مرحلة اكتمال النمو، وبلوغنا أقصى قوانا البدنية.. إنها الطاقة فى ذروتها عندما تتسع وتمتد لأعلى وللخارج.

— **التراب = ما بعد الظهيرة، وأواخر الصيف، وبداية الخريف، وأواسط العمر.** هذا العنصر هو أوان الحصاد عندما تنضج الثمار وتسقط من الأشجار. إنه ساعة ما بعد الظهيرة؛ حيث يصبح مرور الوقت أكثر بطئًا عندما تسكن حركة النهار.. إنه أواسط العمر عندما يقل نشاطنا ونبدأ فى جنى ثمار كدنا وعملنا الشاق. وطاقة التراب هابطة الحركة، وهى طاقة قوية وثقيلة.

— **المعدن = أول الليل، وأواخر الخريف، وسن الكهولة.** هذا العنصر هو خريف ما بعد الحصاد عندما تتساقط الأوراق وتتعرى الأغصان عن الأوراق وتتجلى فى خلفيتها السماء الرمادية. إنه ذلك الوقت من اليوم الذى ننهى فيه آخر أعمالنا لنخلد للراحة ليلًا.. هو مرحلة الحياة التى نصل فيها إلى الضعف ونشعر بأهمية الحفاظ على ما تبقى لنا من قوة، ووضع اللمسات النهائية على تفاصيل حياتنا. وطاقة عنصر المعدن داخلية الحركة وقابضة، ومكثفة، ومتصلبة.

لذلك؛ فإن كل شىء يبدأ بالعنصر المائى، وكل عنصر يدعم ويغذى العنصر الذى يليه. ومثلما يخرج الربيع من عباءة الشتاء، والطفل من رحم الأم، فإن طاقة الماء تتحول إلى طاقة الخشب. ولتسهيل تذكر كيفية عمل دورة الحياة فكر فيها بالطريقة التالية: المياه تغذى النبات؛ وبذلك ينمو الخشب، ثم يصبح الخشب وقودًا للنار التى - بدورها - تتحول إلى رماد، والرماد هو الذى يكون التراب، والأرض تحتوى على الأحجار التى تحتوى بدورها على المعادن. والمعدن هو ما يزيد الماء ثراءً، والصخور هى ما يكون قاع النهر الذى يساعد عنصر الماء على الجريان وهكذا تستمر الدورة.

المسألة بسيطة، فالحق أن هذا الشرح لنمط كل صور الحياة مبدأ كونى يسهل فهمه واستخدامه. إذا استطعت فهم هذا المبدأ والتعامل معه فستعرف أن دورة العناصر الخمسة تنطبق على كل شىء - المدى الزمنى لعلاقاتك، ونظام بيتك، وخبراتك الانفعالية، وكيفية تغير المنظمات والشركات بمرور الوقت، بل وحتى مراحل قراءتك لهذا الكتاب. ومع ذلك فإن هذه السهولة خادعة أيضًا من الممكن أن تقضى عمرك فى دراسة العناصر الخمسة إلا أنك ستظل أبدًا تتوصل لمستويات جديدة من الفهم، وهذا - فى رأيى - دليل على قوة الموضوع وحيويته.

ولكن ما علاقة هذه الدورة بشخصياتنا؟ وكيف ينعكس هذا على وجه أحدنا؟ كل شخص منا لديه نسب متباينة من كل عنصر من العناصر الخمسة لكن طبيعتنا يغلب عليها عنصر أو عنصران منهما دون باقى العناصر، وهذا يمكن رؤيته على وجوهنا.

يمكننا الاطلاع على العناصر الخمسة - من خلال قراءة الوجه - من الإجابة عن السؤالين المهمين اللذين صدرنا بهما هذا الكتاب؛ وهما: من *أنت؟* *وما هى رسالتك فى الحياة؟* والإجابة عنهما توضح لك مواضع قوتك الانفعالية، والتوجهات الفطرية لديك لإصدار ردود أفعالك بطريقة معينة. وستوضح لك الإجابة عنهما أيضًا الصعوبات والتحديات التى تواجهك والسبب فى تكرار حدوث بعض الخبرات فى حياتك. وستستطيع أيضًا أن تفهم كيفية تحويل الأشياء التى تراها سلبية إلى أشياء جوانب مفهومة ومحبوبة يمكن إدراجها بصورة متوازنة ضمن كيانك الكلى.

وستوضح لك قراءة العناصر الموجودة على وجهك أيضًا حقيقة حالتك الصحية، وتقدم لك دلائل على الأساس الانفعالى الداخلى لديك الذى تسبب فى متاعبك الصحية. ليس هذا الكتاب كتابًا للتشخيص بأى شكل من الأشكال، ومع ذلك فقد يزودك بمعلومات عن أية مشكلة صحية عانيت منها فى الماضى أو لا تزال تعانى منها حاليًا.

والآن لنبدأ دورتنا من بدايتها مع عنصر الماء.





العنصر المائى ـ الوجود



سأقدم لك فى هذا الفصل أساسيات عنصر الماء وكيفية التعرف عليه. وكبداية، إليك قائمة مرجعية موجزة بخصائص عنصر الماء:

- **الطاقة:** مظلمة، ساكنة، طافية، هادئة، الليل، الشتاء، الموت، ما قبل الميلاد.
- **السمات:** الحكمة، والشجاعة، والخوف، والتمسك بالرأى، والعزيمة، وقوة الإرادة، والاستقلالية، والقوة، والكآبة، والعناد، والغموض، والتأمل، وقوة الحلم، والنزعة الجمالية، والكتمان، والتركيز على الهدف، والإثارة، وضعف التوافق الاجتماعى، والفلسفية، والحدسية، وبطء معالجة الأمور، والحاجة للحرية.
- **الملامح الرئيسية:** الأذنان، وخط منبت الشعر، وأعلى الجبهة، ومنطقة أسفل العينين، ووهدة الشفة العليا، والذقن.
- **أعضاء الجسم:** الكليتان، والمثانة.

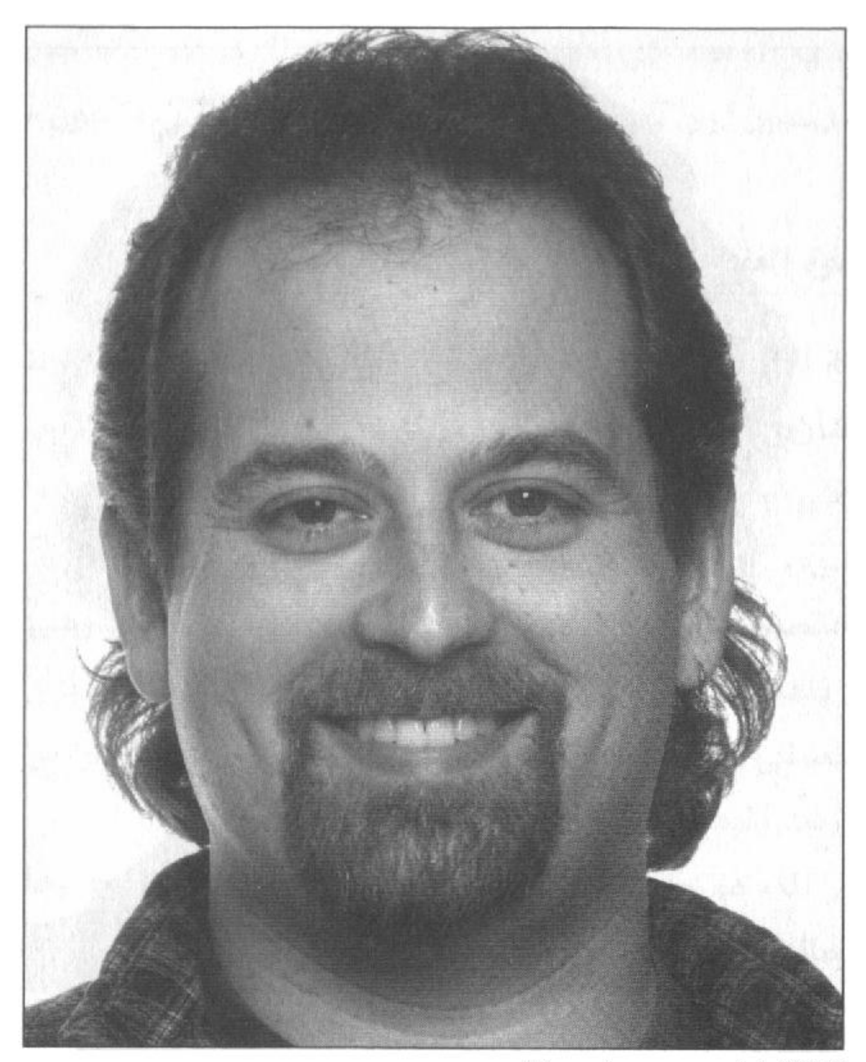
- **عضو الإحساس:** الأذنان.

ما ينبغى أن تبحث عنه

ليس من الضرورى أن يكون لديك *كل* الملامح التالية حتى يلعب عنصر الماء دورًا مؤثرًا فى حياتك؛ فأى من هذه الملامح سيوضح أنه عامل مؤثر فى شخصيتك، وكلما ازدادت هذه العوامل لديك، زادت غلبة عنصر الماء على طبيعتك.

- جبهة ذات قبة، وعريضة أو عالية.
- ظل واضح أعلى العينين أو أسفلهما، أو فى كلا المكانين، وعينان غامضتان وحالمتان.
- وضوح وهدة الشفة العليا.
- ذقن قوية وبارزة.
- شحمة أذن أو أذن كبيرة، أو كلاهما كبير.
- وركان عريضان ووجه وجسم ممتلئان ولينان دون ملامح حادة.
- عظام كبيرة، وقوية (رسغ اليدين وكاحل القدمين سميكان)، وأسنان صحية.
- شعر كثيف أو لامع ومتموج.
- لون البشرة ضارب إلى السمرة الخفيفة.





الشكل ١٥ : وجه من عنصر الماء



الشكل ١٦ : وجه من عنصر الماء

كيف تعرف أن عنصر الماء مكون كبير فى شخصيتك؟ حدد أقوى ملامحك - أى ملامح وجهك الأكثر إثارة للانتباه. قد لا يتوافر لديك كل أو - حتى - الكثير من الملامح سالفة الذكر، إلا أنه إذا كان أول ما لاحظته من ملامحك ذقنًا قوية أو ظلالاً حول العينين، فإن عنصر الماء فى تركيبتك. وكلما ازداد ما لديك من ملامح مائية، زادت طاقة عنصر الماء فى شخصيتك.

أما إذا كنت فردًا مائيًا صميمًا، فإنك ستكون ذا جبهة عالية ومستديرة وذقن بارزة، ويغلب على جسمك الامتلاء الطفيف كما لو كان يحتفظ بالماء، ورسغين وكاحلين قويين. وقد يكون فخذاك عريضتين وعيناك محاطتين بظلال، وشعرك كثيفًا ولامعًا وأذناك أو شحمتاهما كبيرتين. لو كان لديك كل هذه الخصائص - وقلما يحدث هذا - فأنت شخص مائى من الدرجة الأولى.

ومن أشهر الوجوه التى تُظهر عنصر الماء وجوه: "جاى لينو"، و"جورج كلونى"، و"ريز ويذرسبون"، و"كريستينا ريشى"، و"إلفيس بريسلى"، و"جون ستيورات".

طاقة وقوة العنصر المائى

الطاقة المائية عميقة وقوية.. إنها البذرة التى تنبت تحت الأرض فى برد الشتاء القارس، وهى الجنين الذى يهيم بهدوء فى سوائل الرحم.. هى سر الحياة. وهى أيضًا سر الموت، والهوة المظلمة، والعالم المجهول العظيم الذى يئول إليه كل شىء.

وقوة عنصر الماء غير مرئية؛ فليس بإمكانك أن ترى البذرة وهى تنمو تحت الأرض – ناهيك عن رؤية قدراتها الهائلة، كما أنك لا تستطيع أن ترى الجنين أو المجهود المضنى الذى يتحمله فى أثناء ميلاده، كما أنك لا يمكن أن ترى الانتظار السرمدى بعد الموت.

عنصر الماء هو حالة الأحلام الهائمة للكائن قبل ميلاده وبعد وفاته؛ ولذلك فهى – بحاله هذه – ليست من العالم المادى، بل ترتبط بالليل، والأحلام التى تخرج من أعماق اللاوعى، وطاقة هذا العنصر مظلمة، وعميقة، وقوية، وخفية وقد تكون الهدوء المطلق لحوض سباحة هادئ أو هيجان الطوفان الجارف. وقد تكون أيضًا تحمل المد الدائم، أو الصبر الأبدى لقطرة ماء تنساب فى نهير عبر الصخور. كل هذه الأشياء لها تأثير قوى خاص بها.

وهذا الجزء من الدورة ليس يتعلق بالفعل، بل يتعلق *بالوجود*؛ ولذلك فإن أفضل فعل لوصف خصائص عنصر الماء هو "فعل الكينونة". إن من ينتمى لعنصر الماء يحمل بداخله هذا الإحساس العميق باللانهائية، ويحمل طاقة كبيرة فى شخصيته.

شخصية عنصر الماء

لكل عنصر عدد من الخصائص الشخصية؛ بعضها مقومات نجاح وبعضها الآخر عقبات فى طريق النجاح، ومن أهم نقاط قوة عنصر الماء الشجاعة

الداخلية الهائلة، والتمسك بالرأى، والعزيمة، وقوة الإرادة التى تتجاوز مثيلاتها لدى أى عنصر آخر.

ويتميز هذا العنصر أيضًا بحكمة فطرية، وتتمثل فى القدرة على الوصول إلى أعمق المستويات لإدراك السر الرئيسى للحياة. إذا كنت فردًا مائيًا، فإنك تتمتع بعمق إحساس قلما يصل إليه الآخرون، وهذا العمق فى الإحساس بالإضافة إلى شجاعتك الداخلية هما أساس نجاحك فى الحياة. إن الشجاعة والحكمة الفطرية للعنصر المائى تمكنانك من استجماع القوة والعزيمة اللازمتين للتقدم فى الحياة واستكشافها بمغامرة. وأفراد العنصر المائى يستطيعون أيضًا أن يتعاملوا مع حدة مشاعر من يتعاملون معه محافظين على الخصوصية الكافية اللازمة لهم لأداء عملهم المتعمق.

والتحدى الذى يواجه عنصر الماء هو الشعور بالخوف، والشعور الذى ينتابهم فى أوقات الضغوط. تذكر أن الماء يرتبط بالخواء؛ أى مواضع البداية والنهاية الرحبة التى لا حدود لها، وأنه – أى الماء – مظلم وغامض؛ ولذلك فإنه من الطبيعى أن يثور الخوف أمام مثل هذه الأرض المجهولة اللامحدودة.

والخوف قد يجعل طبيعتك المائية تتجمد فى مكانها؛ حيث تجد نفسك عاجزًا عن التقدم، وقد تشعر أيضًا كما لو أنك تدور فى دوامة عاجزًا عن اتخاذ قرار أو القيام بسلوك. كثيرًا ما يستجيب من ينتمون للعنصر المائى للخوف بالانسحاب، والحذر، بل والتكتم وعدم القدرة على التعبير عن رأيه لحل المشكلة القائمة. غالبًا ما ألاحظ فى أثناء عملى مع المائيين أن التحدى المشترك بينهم هو عدم قدرتهم على التعبير عن أنفسهم، والبوح بحقيقتهم والدفاع عن أنفسهم رغم ما يشعرون به. إذا كان ما نقوله هذا ينطبق عليك، فإن الحل هو أن تستعين بالشجاعة والعزيمة الهائلتين لعنصر الماء اللتين ستمنحانك القوة للشعور بالخوف ومع ذلك لا يشل حركتك.

ونظرًا لميل الفرد المائى للتكتم، أو السكون، أو الانسحاب عندما يتكدر، فربما لا يعرف من يتعامل المائى معه أبدًا أنه قد جرح مشاعره؛ حيث إن المائى لن يوضح هذا، وفى النهاية تضطرب العلاقة بينهما لعدم قدرة المائى على التعبير عن جراحه.

ذكر لى أناس مائيون حرفيًا ما قاله لهم شخص منذ عشرين عامًا وتسبب فى جرح مشاعرهم، ومع ذلك لم يخبروا من جرحهم بذلك، ومن المحتمل أن علاقتهم به قد انتهت عند هذا الموقف؛ لأنهم لم يتمكنوا من التعبير عن مشاعرهم.

وهذا السلوك من جانبهم ليس حملًا للضغينة - فحمل الضغينة يرتبط بالغضب - كما أنه لا علاقة له بالحساسية العاطفية، أو الانفعالية؛ فالأمر ببساطة أن الشخص المائى يشعر بالأشياء بدرجة أكثر عمقًا، ويتأثر بالانفعالات والمشاعر أكثر من غيره من الناس. كما هى طبيعة الماء؛ فهناك الكثير مما يحدث تحت السطح الخارجى الظاهر لأفراد هذا العنصر؛ فالعمق الهائل للأحاسيس هى أعظم قواهم وأكبر التحديات التى تواجههم، وهذا هو ما يثرى خبراتهم، ولكنه قد تشتد وطأته أحيانًا لدرجة لا يكادون يستطيعون تحملها.

وأبسط طريقة لاكتشاف هذا هى التوجه الغالب على عنصر الماء والمتمثل فى سهولة بكائه الفورى! إذا لاحظت أن الأشياء الصغيرة تجعل عينيك تدمعان، أو إذا دمعت عيناك فى أثناء حديثك مع آخرين، أو فى أثناء مشاهدتك التليفزيون، أو فى لحظة انفعال؛ فتأكد أن لديك بعض خصائص عنصر الماء فى شخصيتك. ونحن نؤكد أن ذلك التصرف ليس دليلًا على الضعف بأية حال، بل هو مؤشر على مدى عمق خبرات الحياة، والشخص المائى يتعامل مع خبراته فى الحياة من خلال البكاء وقضاء حياته بدموع جاهزة مستعدة دائمة.

أسعدنى أن أكتسب تلك المعلومات عن عنصر الماء عمليًا عندما كانت تعمل معى مساعدة مائية من الدرجة الأولى؛ حيث كانت تصل للعمل والدموع تغمر وجهها على مدار عدة أيام، لكننى علمت أن هذا لا يعنى أنه ينبغى علىَّ أن أصرح لها بالعودة إلى منزلها فى إجازة عارضة لاضطراب صحتها ونفسيتها، وكل ما فى الأمر أنها قد تلقت مكالمة على هاتفها المحمول فى طريقها للعمل، أو تذكرت شيئًا تعرضت له فى يوم سابق؛ مما أثر فيها وحرك عاطفتها بعمق.

ومع ذلك، فإن سرعة البكاء قد تسبب مشكلات فى العمل بمعظم الوظائف؛ لأن هذا قد يحدث فى أثناء اجتماع رسمى، أو فى أثناء حديث مع عميل مما يجعل الآخرين يعتقدون أنك شديد الانفعال أو غير قادر على التعامل مع الضغوط. وهذا الوضع قد يمثل تحديًا مزعجًا مخيفًا وبخاصة للرجال فى ثقافتنا. ليت عالم الشركات يدرك قيمة أن يكون به موظفون غير الجادين المتجهمين! ومع ذلك فإن

القدرة الإضافية لدى المائيين والمتمثلة فى قدرتهم على إخفاء مشاعرهم هى ما يساعدهم على مواصلة البقاء فى عالم الشركات أو النجاح فيه.

وإذا كنت جزءًا من عنصر الماء هذا، فإنك تفتن بهذا الشعور الغامض للحياة وتحاول الكشف عن الحقيقة العميقة الكامنة بها. الماء هو الفضاء الخصب الذى لا حدود له، والذى يمكن أن يحدث بداخله أى شىء، وحيث يمكن أن يزدهر الإبداع؛ فالشخص المائى حالم، ومبدع: رسام، وكاتب، وموسيقى، وفيلسوف. وربما كان حدسيًا؛ أى يغوص فى أعماق بحر الوعى ليستخرج الإجابات. هذا العنصر مكان يتجاوز المكان والزمان؛ حيث توجد المعرفة فى الحال، وحيث يمنح الحدس "المعرفة السابقة للمعرفة".

وبإمكان الشخص المائى أيضًا أن يكون رجل الأعمال الناجح الذى يبدع دائمًا وسائل للتغلب على العراقيل التى قد تعترض طريقه، والوالد الذى يتوافق بسهولة مع احتياجات طفله. وكما أن الماء لا يتدفق فى خط مستقيم؛ فإن الفرد المائى يعرف كيف يتكيف مع تقلبات الحياة، ويستفيد من تماسكه للإبحار عبرها.

والحق أن الشىء الذى ينبغى أن تعرفه عن الشخص المائى هو أن الحرية أهم شىء له؛ فالحبس أو الحصر له بمثابة الموت! إن القيود من أى نوع لا تناسب حاجته إلى الانطلاق والتدفق. إذا كنت مائيًا صميمًا فأنت تكره العمل بوظيفة يكون لزامًا عليك فيها أن تحضر إلى العمل فى تمام الساعة التاسعة صباحًا، ولا يمكنك أن تغادر العمل حتى الخامسة ودقيقة عصرًا. والشخص المائى عادة ما ينتهى به العمل غير تقليدى فى عمل يتميز بمرونة فى ساعات العمل، أو أن يبدأ عمله الخاص بحيث يعمل ما تريد وقتما يريد.

والشخص المائى غالبًا ما تكون حياته غير تقليدية فى مجملها؛ حيث قد يكون عمله غير مألوف فيسافر كثيرًا سواء كان محبًا للسفر أم لا! وربما وجد نفسه يعيش حياته فى عدة أماكن، أو فى مناطق نائية فى العالم. الماء يتدفق، ويستكشف، ولا يبقى ساكنًا أبدًا ويغلب عليه التوجه نحو المجهول والغموض وبعيدًا عن الأمور العادية.

الوضعية المفضلة لعنصر الماء هى الوضعية الأفقية؛ فالشخص المائى يفضل أن يتمدد؛ أى أن يتكئ على فراش وهو يقرأ كتابًا أو يضطجع على المقعد فى أثناء عمله على حاسوبه المحمول، أو يغمر نفسه بمياه حوض الاستحمام. فى أثناء عملى فى الفنج شوى التقيت بعميلة مائية فلم أكن بحاجة إلى أن أسألها أين

تقضى غالبية وقت عملها حتى إن كان لديها مكتب بمنزلها. كان لديها مكتب، لكن المؤكد أن وقتها الأكثر إنتاجية كانت تعمل فيه وهى مستلقية على الفراش أو الأريكة. وكثيرًا ما كنت أقترح عليها أن تشترى مضجعًا أو أريكة لمكتبها ليمنحها مكانًا يعكس احتياجاتها ويمنحها أيضًا – على الأقل – فرصة لتنعش طبيعتها المائية على مدار اليوم.

وإليك معلومة مهمة: لكل عنصر احتياجاته من الطاقة – وهى حركة أو شعور ينبغى دعمه باستمرار والسماح له بالتواجد يوميًا. وإذا كنت شخصًا مائيًا، فليس من الصواب أن تحاول إضعاف طبيعتك المائية، بل عليك أن تبتكر طريقة تستحضر بها تلك الدفقة من الطاقة المحددة التى تنعش روحك. ينبغى أن تعبر عن العنصر الذى تنتمى إليه، وتغذيه، وتدعمه؛ إذ لا ينبغى علىَّ أبدًا أن أجعل فردًا ذا طبيعة مائية يجلس منتصبًا على كرسى جامد وأمامه طاولة مكتب صغير جدًا ليعمل، بل ينبغى أن أسمح له بأقصى درجات الحرية الممكنة فى العمل والتى تتوافق مع طبيعته المائية.

ومع ذلك، فإن تلك الحاجة لمزيد من الانسيابية فى أسلوب الحياة لدى الشخص المائى قد تثير غضب الآخرين، ومن المحتمل أن يغلب عليك أن تكون متأخرًا؛ فكوكب المائيين ليس به ساعات، وقد يكون التصور الأحادى للوقت غريبًا عليك. والشخص المائى لا يتميز بالتركيز الدقيق، لكنه بدلًا من ذلك يتميز بالحلم بصورة فطرية، والتدفق الداخلى الذى لا علاقة له بالوعى بمرور الدقائق. لذلك؛ من الصعب أن يعتاد الشخص المائى على هذا المطلب الشاذ بأن يكون فى مكان معين فى وقت محدد.

أخبرتنى إحدى طالباتى بأننى قد أنقذت زيجتها بهذه المعلومات الخاصة بعنصر الماء؛ حيث أرتنى صورة فوتوغرافية لزوجها، وكان أحد أكثر المائيين أصالة ممن رأيتهم فى حياتى. لقد قالت لى إننى وصفت شخصيته بالضبط، لكن أكثر ما أثارها هو تفسير تأخره، وقالت إن هذا الأمر كاد أن يودى بها إلى الجنون؛ حيث لم يحضر أبدًا فى موعده أيًا كان المكان والموعد المفترض أن يحضر فيهما وأيًا كان حجم ما بذله من جهد. لقد باتت هذه الزوجة تدرك أن سلوكه هذا لم يكن مقصودًا، إلا أنها لم تكن تستطيع أن تستوعب كيف لرجل بهذه الدرجة العالية من الذكاء ألا يعى ضياع الوقت (ومع ذلك فهناك – بالطبع –أناس ذوو

ميول عدوانية سلبية ويتأخرون عن مواعيدهم لأسباب عدائية بصورة لاشعورية؛ فليس كل من يتأخر دائمًا ينتمى لعنصر الماء!).

وقد كفت هذه الزوجة بعدما أدركت كيفية تأثير عنصر الماء فى شخصية زوجها على سلوكه عن التعامل مع تصرفاته بمحمل شخصى، وبدأت تراه من منظور جديد. وتقول: "لقد تعودت أن أحضر معى كتابًا!" بدلًا من أن تتضايق منه إذا لم يصل فى الموعد المحدد ليقابلها. وعلى الرغم من أن هذا الأمر يبدو مبالغة فى التبسيط إلا أن المهم أن هذه الزوجة لم تعد تصدر حكمًا على زوجها، وكفت عن الشعور بالضيق من تأخره كل مرة تضطر فيها لانتظاره. وبدلًا من ذلك رتبت لمقابلة زوجها فى أماكن بها مقاعد مريحة حتى تستمتع بقراءة كتابها مدركة أنه سيحضر فى النهاية، وقد تلاشى الكثير من التوترات فى علاقتهما بفضل هذه المعلومة الواحدة.

وثمة طرق أخرى لهذا الميل إلى "التدفق" قد تقود الآخرين للجنون؛ فالفرد المائى لا يتحدث بسرعة فى أثناء الحوارات، ولا يعبر دائمًا عما يقصده بشكل فعال، بل يغلب عليه أن يهيم فى أثناء حديثه، وأحيانًا ما يدور كثيرًا حول الموضوع المثار. وهذا التصرف يثير حفيظة غير المائيين الذين ينتظرون بفارغ الصبر للوصول للموضوع المهم فى الحديث. والأكثر من ذلك أنه حتى فى جولات التسوق يسير المائيون ببطء فى ممرات منحنية فى كل أنحاء المتجر متوقفين هنا وهناك مما قد يثير غضب من يرافقونهم. الشخص المائى لا يتحرك فى خطوط مستقيمة.

وتتضح هذه العملية الدورانية أيضًا فى مواضع أكثر أهمية؛ فالمائيون يشعرون براحة أفضل إذا تمكنوا من اتخاذ القرارات على مهل، أو حل أية مشكلة بهدوء وعبر الوقت، ويودون أن يدعوا الأمور تسير فى مساراتها الطبيعية، ويتركوا كل جانب من جوانب المشكلة المطروحة يتغلغل فى كل طبقة من طبقات وعيهم، ويدعون الحلول للمشكلات تتشكل تدريجيًا مثلما يتشكل الجنين فى الرحم، ويشعرون بوقوعهم تحت الضغوط إذا اضطروا لاتخاذ قرار مفاجئ، أو التوصل لاستنتاج سريع؛ لأن هذا ضد طبيعتهم تمامًا. وأقل ما يقال عنهم إنهم يعتمدون على الحس فى التوصل للحلول اعتمادًا لا يقل عن التفكير المنطقى.

والشخص المائى فى حياته اليومية يحب أن يبقى حتى وقت متأخر فى السكون المظلم لليل، وينام متأخرًا غارقًا فى الأحلام لدرجة يصعب عليه معها الخروج من

حالة الأحلام هذه فى الصباح مفضلًا أن يستيقظ على مهل وليس بشكل مفاجئ فتنقطع الروابط بينه وبين عالم الأحلام الأثيرى الذى كان يهيم فيه طوال الليل. والحق أن المائى قد يشعر بأنه لم يلق أحلامه وراء ظهره حتى بعدما يستيقظ ويترك الفراش؛ حيث إن خيوط الأحلام ستلتصق به مثل نسيج العنكبوت لفترة طويلة بعدما يستيقظ.

والخصوصية أيضًا شىء مهم لهذا العنصر؛ فحتى ولو كان المائى شخصًا اجتماعيًا منبسطًا فإنه بحاجة إلى بعض الوقت بمفرده ليهدأ. والتأمل بالنسبة للشخص المائى أسهل منه بالنسبة لغيره؛ لأنه يسهل عليه أن يغوص فى أعماق السكون بداخله.

أسلوب الشخص المائى

— **الملبس:** جميعنا رأى التدفق الرائع المثير لنهر جارٍ، أو شرب بعض الماء البارد القراح وشعر برحلة هذا الماء بداخله، أو غمر نفسه فى حوض الاستحمام العميق وأطلق زفرة انتعاش. والحالة التى تحسها فى هذه المواقف يمكنك أن تراها فى الملابس التى يرتديها الشخص المائى؛ فالمرأة المائية تحب الملابس الانسيابية وتفضل أن ترتدى ثيابًا رقيقة وجميلة من رقبتها إلى كاحلها، مع احتمال أن يكون ضمن ملابسها وشاح مدلى أو معطف مخملى. أما بالنسبة لشعرها الكثيف اللامع فقد يكون طويلًا ومتموجًا. يفضل المائيون ارتداء الملابس التى تحمل مدلولاً فنيًا أو عرقيًا، وألوانهم المفضلة فى الملبس هى الأزرق والأسود بدرجاتهما. ونظرًا لحاجتهم للحرية وميولهم الإبداعية؛ فمن المحتمل أن ترتدى حذاءً يسهل خلعه بسرعة، أو حذاءً فريدًا من نوعه كحذاء يدوى الصنع ربما تكلف خمسمائة دولار إلا أنه يتوافق مع ميولك الفنية.

— **المسكن:** بحكم البيئة فإن.. عنصر الماء يحب الماء! يفضل المائيون أن تعيشوا بالقرب من بحيرة، أو نهر، أو محيط، والأفضل أن يروا الماء من مسكنهم مباشرة. ويفضلون المسكن الواسع الذى يسمح لبصرهم بأن يتجول من مكان لمكان على المسكن ذى الحجرات الصغيرة الضيقة، كما قد يعلقون بمنازلهم لوحًا فنية بها مناظر مياه أو أفكار تجريدية، أما عن ديكور المنزل فهو مثير وغير

تقليدى؛ حيث الستائر المخملية والمفارش الفاخرة بالإضافة إلى قطع الزينة والزخرفة سواء كانت محلية أو أجنبية.

أما عن مكانهم المفضل بالمنزل فهو غرفة النوم؛ لأنهم يفضلون الوضعية الأفقية للجسم، ولقد رأيت مائيين يكاد يغشى عليهم من النشوة – بالمعنى الحرفى – فى أثناء وصفهم لوسائد أسرتهم. أما إذا لم تكن غرفة النوم هى المكان المفضل لهم، فبالتأكيد سيكون الحمام؛ لأن أفراد هذا العنصر يعتبرون دائمًا أنه من الضرورى أن ينهوا يومهم بأخذ حمام منعش.

ولأن عنصر الماء يرتبط بالظلام؛ فإن المائيين ينجحون فى البيئات التى بها بعض الأركان المظلمة، أو الأماكن السرية. ووالدتى – أنا شخصيًا – فنانة مائية جدًا ومنزلها يفيض بجميع المظاهر الجميلة لإبداعها؛ حيث لا يوجد به إلا القليل جدًا من الأنوار المتوهجة سواء فى السقف أو الأركان مما يوجد بقعًا من الظلام تناسب والدتى تمامًا. ومع ذلك، فأنا – شخصيًا – ليس لدى الكثير من خصائص عنصر الماء؛ لذلك سرعان ما أشعر بعدم الراحة عندما أكون فى منزلها بسبب هذه العتمة، ولا يسعنى إلا أن أضىء المزيد من الأنوار لأشعر بالراحة. وأنا غالبًا ما أفعل هذا بصورة آلية ثم أبدأ فى الضحك عندما أرى والدتى تتبعنى لتطفئ ما أضأته من أنوار؛ حيث يحاول كلانا تحقيق توازنه النفسى فى البيئة المحيطة به.

— **الحركة :** حتى التمارين البدنية يمكن تصنيفها لتناسب كل عنصر من العناصر وتحقق له أفضل فائدة، وأشكال اليوجا التى تتضمن حركات بطيئة، وانسيابية، وتمرين التنفس تمرين مثالى للمائيين. والسباحة أيضًا – بكل تأكيد – نشاط جيد لهم، وكذلك التزحلق على الجليد، وفن الـ "تاى شاى"، وأى نشاط لا يتضمن إجهادًا أو حركات عنيفة؛ فالمائيون لا يذهبون إلى "جولات الهرولة" بل يفضلون التجول الوئيد، أو إخراج الكلب للتنزه، والسير فى منحنيات متعرجة.

— **المهنة :** إذا كنت شخصًا مائيًا فأنت تنجذب بالفطرة إلى العمل بالمجالات الإبداعية كالرسم، والموسيقى، والكتابة، أو تنجح فى العمل كمعالج نفسى بفضل قدرتك الحكيمة والشجاعة على أن تتعمق فى المناطق الداخلية مع عدم اعترافك بالانفعالات الحادة. وتنجح أيضًا فى الوظائف التى تتعامل مع النقود مثل التخطيط المالى، أو تجد ذاتك فى المهن الطبية؛ فأطباء الأسنان غالبًا

ما يتمتعون بالكثير من خصائص عنصر الماء؛ لأن الأسنان من أعضاء الجسم المرتبطة بعنصر الماء.

يمكنك أيضًا أن تتفوق فى المهن التى لها صلة بالماء أو أى مظهر له. ذات مرة وبعد إلقائى إحدى المحاضرات قال رجل من الحاضرين إن عمله ليس له علاقة بعنصر الماء رغم أنه ذو ملامح مائية؛ فسألته عن عمله، فأجاب بأنه محام. والحق أن هذه ليست بالمهنة المائية لذلك تملكنى الصمت، ثم سألته أخيرًا عن تخصصه فى المحاماة فأجاب أنه متخصص فى القانون البحرى، وبعد ذلك ذكر لى أنه يعيش فى كوخ على الشاطئ ويستخدم قاربًا ليذهب إلى عمله ويعود منه كل يوم!

ربما وجدت لديك أو لدى أحد أصدقائك بعض الأوصاف السابقة، وربما منحتك هذه الأوصاف رؤى ووعيًا جديدًا. ومع ذلك، فقد تشعر بأنه على الرغم من أن لديك بعض خصائص عنصر الماء، إلا أن هذه الأوصاف لا تصفك أنت أو صديقك وصفًا كاملًا. تذكر أننا جميعًا تحتوى شخصياتنا على جزء من كل العناصر الخمسة، ومع ذلك فعادة ما تكون السيادة فى شخصياتنا لعنصر واحد أو اثنين، لكن هذا لا يمنع أن بعض الناس يتمتعون بخصائص أربعة عناصر فى ملامح وجوههم، وليس لديهم إلا عنصر واحد فقط ضعيف. ومن هنا سيتضح لك مع مواصلة القراءة أنك تستطيع تحديد عنصر ثانٍ، أو ثالث، أو حتى رابع فى وجهك؛ مما يمنحك فهمًا كاملًا لذاتك الداخلية الحقيقية.

ولكن حتى لو لم تجد أن ملامح عنصر الماء واضحة فى وجهك؛ فلا يزال لديك أذنان، وجبهة، وذقن.. إلخ. فى الفصل التالى سنتناول كلاً من هذه الملامح على حدة بالشرح، ونعرف ما قد تخبرنا به بمزيد من التفاصيل عن كيفية ظهور الطبيعة المائية فى ذواتنا الفطرية.





قراءة الملامح المائية



كما ذكرت من قبل، فإن كل عنصر يرتبط بملامح معينة، وبالإضافة لذلك فإنه يضفى على الوجه شكلًا محددًا. فى هذا الفصل ستكتسب رؤية أعمق عن العنصر المائى من خلال دراستك لأجزاء الجسم التالية:

الأذنان

تظهر أذناك كما سبق أن تعلمت قدرًا هائلًا من المعلومات عما كانت عليه طفولتك، ومع ذلك فإن بمقدورهما أن تخبراك بما هو أكثر من ذلك.

عندما أتيت إلى هذه الحياة لم تحضر معك طبيعتك فقط، ولكنك أحضرت أيضًا الجوهر الوراثى الذى انتقل إليك من أجدادك. والعنصر المائى له صلة بهذه الكنوز الموروثة التى انتقلت إليك من أجدادك، والتى هى بمثابة مخزون قوة داخلية يسعفك عندما يعجز مخزونك عن إسعافك. وتختلف قوة هذا الموروث من شخص لآخر، ويمكن قراءته على الأذنين.

ويبين هذان العضوان من الجسم أيضًا كمية مواردك مما يسميه الصينيون "اليينج"، أو مجموعة المكونات التى ولدت بها، ويوضحان مدى عمق بئر الطاقة الذى يمكنك الاعتماد عليه فى وقت احتياجك له. على سبيل المثال إذا كنت ذا

أذنين كبيرتين ومتصلبتين؛ فهذا يعنى أنك ولدت بمئونة قوية من الماء المجدد للحياة والحيوية، وهى المئونة التى يمكنك اللجوء إليها للحصول على المزيد من القوة والجلد.

يقال فى الآونة الأخيرة أن الحجم العام للأذنين أصبح أصغر بالإضافة إلى أن شحمتهما صارت أقصر. والمشكلة المثارة هنا كالتالى: بما أن حجم الملمح يبين مدى قوة تركيبة صاحبه؛ إذن فكل جيل يصبح أضعف من الجيل الذى سبقه. وهذا قد يعنى أن أنظمة المناعة صارت أكثر ضعفًا نتيجة لتعرضها للتلوث البيئى، وضعف التغذية أو كليهما معًا مما ينتج عنه ضعف مقاومة الضغوط والمرض.

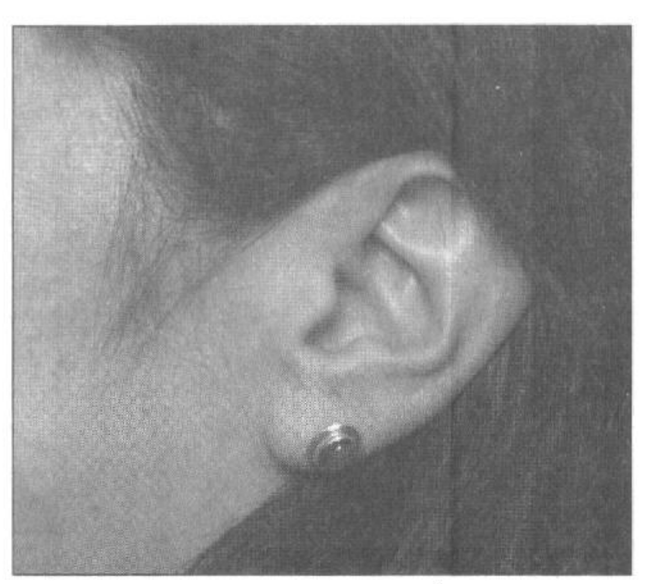
وما أجده مثيرًا هنا هو وجود الدليل الواضح على هذا النقصان التدريجى. شاهد أى فيلم قديم من فترة الأربعينات أو الخمسينات من القرن العشرين، ولاحظ حجم أذنى بعض الممثلين. إنك نادرًا ما ترى مثل هذه الآذان العريضة الآن لدى أى شخص تحت سن الستين.

ويمكنك أيضًا أن تقيم الوضع الحالى للبنية الجسمانية بتحسسك الجزء الغضروفى أعلى أذنيك؛ حيث ينبغى أن يكونا مرنين ولكن قويين فى نفس الوقت، وهذا دليل على أن البنية المائية (طاقة، أو قوة الحياة) قوية. أما إذا كان الجزء العلوى من الأذنين متصلبًا أو جامدًا؛ فإن هذا قد يعنى بعض الضعف فى العنصر المائى، وهو ما يمكن ترجمته على أنه أحادية الهدف، أو عدم التسامح، أو احتمال تعرض صاحبه للإصابة بارتفاع ضغط الدم.

وإذا كانت أذناك نحيلتين جدًا ومرنتين؛ فهذا قد يكون علامة على ضعف قدراتك البدنية، أما إذا كانتا شبه شفافتين، أو قابلتين للطى المحكم دون مقاومة كبيرة؛ فهذا أيضًا قد يكون دلالة على نظام مناعى ضعيف. وإذا كانت أذناك بهذه الحالة، فينبغى أن تحرص دائمًا على أن تنال قسطًا من الراحة الحقيقية بشكل ثابت، وأن تجدد حياتك.

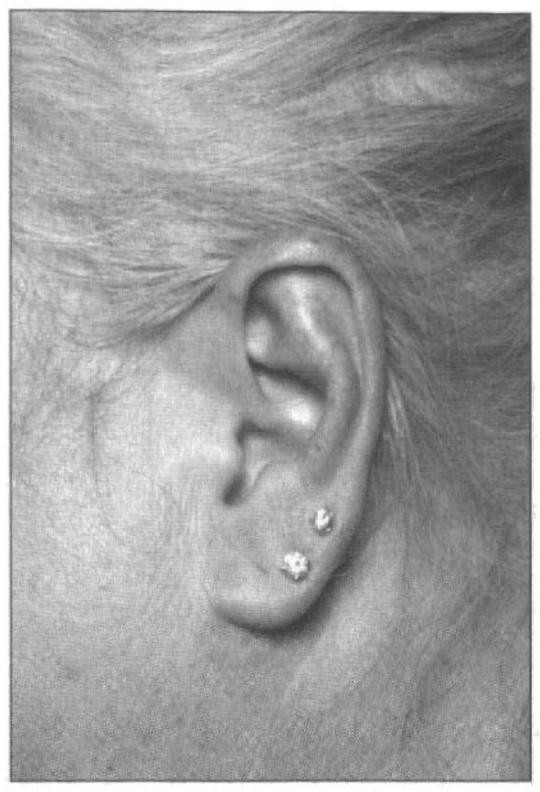
وشكل الأذنين وحجمهما مهم أيضًا؛ فكلما زاد حجمهما زادت قوى الحياة لدى صاحبهما؛ أى إن لديه من الطاقة ما يتجاوز أن يخاطر بالخسارة. ومن هنا فإن ذا الأذنين الكبيرتين يميل لخوض المغامرات، وهذا ما اتضح لى عندما كنت أشاهد برنامجًا تليفزيونيًا يستضيف مجموعة من مشاهير المستثمرين؛ حيث كان يجلس الكثير من نساء ورجال الأعمال الأكثر نجاحًا فى المجتمع؛ فحملقت فيهم بدهشة لأننى لاحظت أن جميعهم ذوو آذان كبيرة جدًا!

وبالإضافة للحجم العام لأذنيك فإن عرضهما أيضًا يوضح مدى شعورك بالراحة تجاه الإقدام على المخاطرة؛ فكلما ازدادتا عرضًا (انظر الشكل١٧)، كان من الأسهل عليك أن تقرر الإقدام على المخاطر.



الشكل١٧ : تدل الأذنان العريضتان على الشعور بالراحة في الإقدام على المخاطر.

أما إذا كانت أذناك ضيقتين (انظر الشكل ١٨)، فإنك ستكون أكثر ميلًا للعمل بالوظائف التى تضمن دخلًا ثابتًا أو بها درجة من الاستقرار، ويقل احتمال استمتاعك بالمشاركة فى الرياضات العنيفة مثل التزلج والقفز بالمظلة.

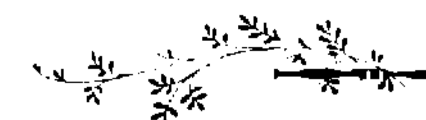


الشكل ١٨ الأذنان الضيقتان تعبران عن حاجة لمزيد من الأمن والاستقرار

إذا كانت أذناك صغيرتين فسيغلب عليك الحيطة والحذر بوجه عام. ويقول الصينيون إن الأطفال ذوى الآذان الصغيرة يحسنون السلوك، وهو ما يعكس أثر الخوف، وهو الانفعال المرتبط بالعنصر المائى، وكلما ازداد ما تشعر به من قلق، زاد حذرك.

كانت إحدى عميلاتى ذات أذنين صغيرتين جدًا، وكانت مستشارة مالية مشهورة بأنها محافظة وحذرة بشأن أموال عملائها؛ لذلك جذبت إلى مكتبها عميلاً معينًا لم يكن يرغب فى أن يجازف بشأن استثماراته. وكانت هذه حالة من التوازن الطبيعى؛ حيث إن هذه المرأة كانت تعيش متوافقة مع طبيعتها الحقيقية! ومع ذلك فقد قالت لى ذات مرة معلومة عن طفولتها التى تؤثر على هذا الملمح.

قالت: "تربيت فى شقة صغيرة ذات غرفة نوم واحدة بها أربعة بالغين مصابون بمشاكل نفسية، فكان ينبغى علىَّ أن أظل منزوية وهادئة لأتجنب أن يخرج أحدهم عن السيطرة. أعتقد أن أذنىَّ الصغيرتين تظهران قدر الخوف الذى عشت فيه، ومدى صغر هيئتى لأحافظ على طاقتى". والحق أن هذه العميلة

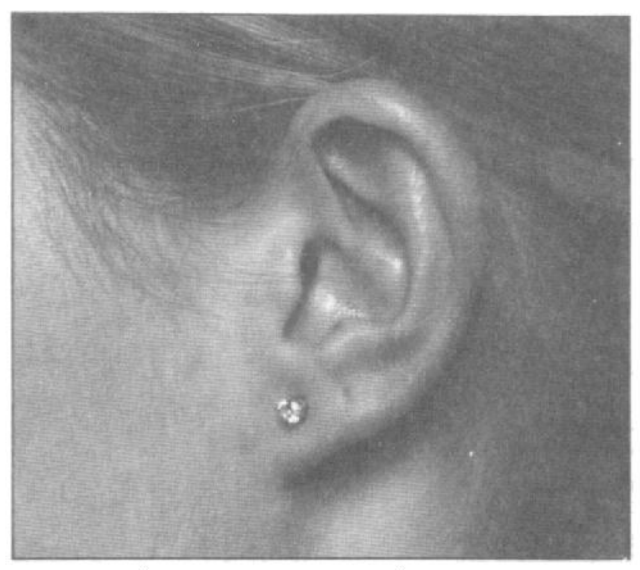


قد ابتكرت – فى أثناء طفولتها – ملائكة من وحى خيالها ليكونوا لها أصدقاء ويحرسوها؛ لأنها كانت تشعر بأن المحيطين بها خونة.

وموضع أذنيك من رأسك أيضًا يمدنا بمعلومات عنك، وعلى سبيل المثال إذا كانت قمة أذنيك على نفس مستوى حاجبك أو أعلى منه؛ فإن هذا يشير إلى "شهرة مبكرة"، أما إذا كانت قمة أذنيك فى مستوى أسفل من حاجبى عينيك؛ فإن هذا يعنى أن شهرتك ستأتى فى وقت لاحق. و"الشهرة" فى هذه الحالة قد تعنى أن تحقق النجاح، أو أن تجد طريقك الحقيقى فى الحياة. ومن هنا، فإنه كلما كانت أذناك أكثر ارتفاعًا، ازداد احتمال تحقيقك النجاح فى مرحلة مبكرة نسبيًا. أما إذا كان مستوى أذنيك منخفضًا؛ فإنك ستتأخر فى الوصول لأوج كفاءتك ونضجك، وهذا قد يعيقك عن تحقيق ذاتك.

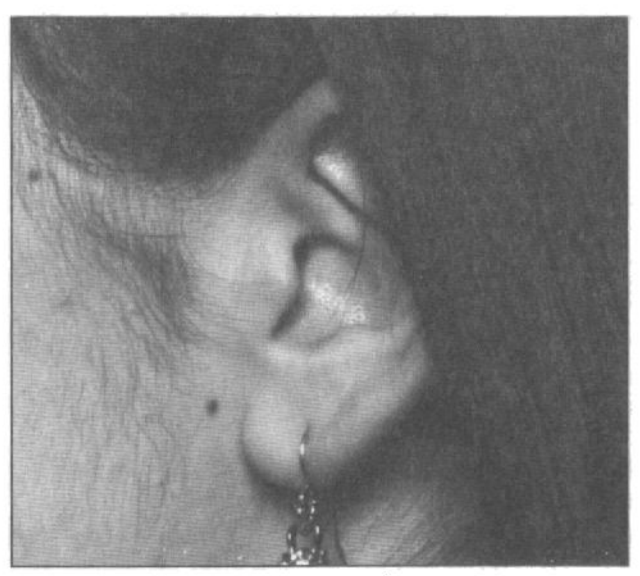
شحمتا الأذنين

وشحمتا الأذنين أيضًا قد تخبرانك عن ذاتك. إن شحمتى الأذنين المرتبطتين بجانب الرأس (الشكل١٩) تدلان على أن صاحبهما يحافظ على ترابطه مع أسرته، وهو ما قد يكون إيجابيًا أو سلبيًا! إن هذا قد يعنى أنك تزور أسرتك يوم العطلة الأسبوعية لتتناول معهم عشاءً أسريًا رائعًا، أو قد يعنى أن هناك خبرة غير سارة من الماضى لم يتم معالجتها حتى الآن. وقد يعنى أيضًا أنه حتى على الرغم من وفاة والديك؛ فإن العائلة لا تزال تمثل لك شيئًا مهمًا جدًا، وأنك بحاجة إلى أن تخلق إحساسًا بالعائلة أينما توجهت.



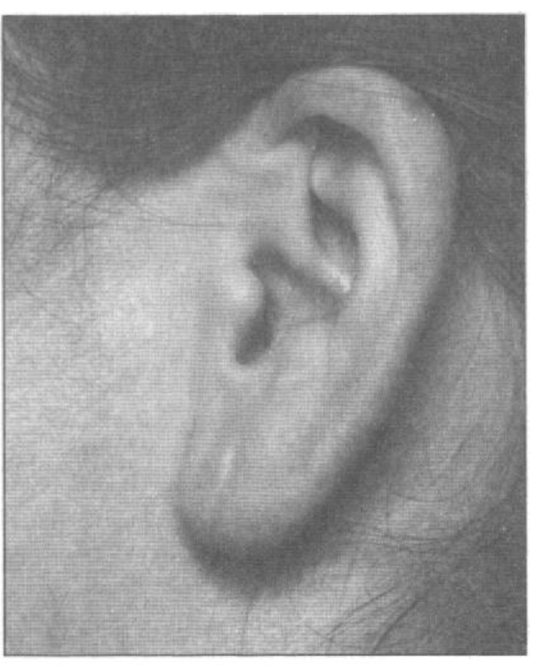
الشكل١٩، شحمة الأذن المرتبطة بجانب الرأس تدل على الترابط مع الأسرة.

إذا كانت شحمتا أذنيك بعيدتين عن جانبى رأسك (الشكل٢٠)، فمن الممكن أن تنفصل بسهولة عن أقاربك، وقد تكون حياتك أكثر استقلالية، وأنت لا تحافظ - بالضرورة - على روابط قوية مع أفراد أسرتك. وهذا الشكل يدل على إمكانك أن تخلق لنفسك شبكة دعم من أصدقائك بدلًا من أن تحافظ على الروابط البيولوجية، أو قد لا تشعر بحاجة ملحة لمثل هذه الروابط فى حياتك أصلًا.



الشكل٢٠، شحمتا الأذنين البعيدتان عن جانبى الرأس تدلان على القدرة على الانفصال عن الأسرة.

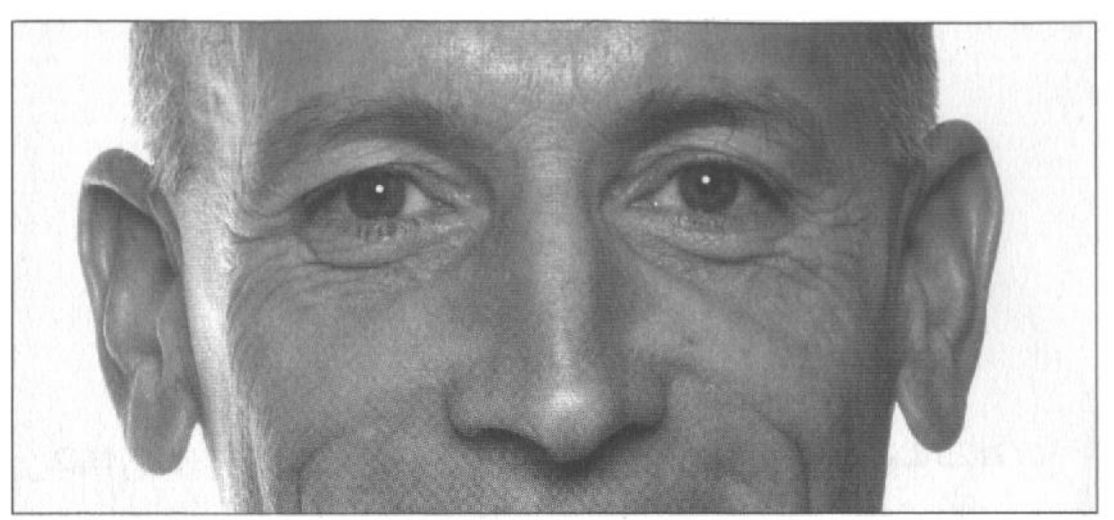
وشحمتا أذنيك هما أيضًا أول "المخازن الثلاثة" للثروة فى وجهك؛ فالشحمتان الطويلتان كما فى (الشكل٢١) تشيران إلى أن طبيعتك التفكير بأسلوب التخطيط طويل المدى، وهو ما يدل على الحكمة بوجه عام وليس فى الشئون المالية فقط. ومع ذلك، فإنك إذا أعددت لمستقبلك بحكمة، فمن المحتمل أن يتضمن ذلك التخطيط نوعًا من الأمان المالى أيضًا.



الشكل٢١: شحمة الأذن الطويلة تدل على الحكمة والتخطيط طويل المدى

أما الشحمتان الصغيرتان، فإنهما تدلان على أنك تفكر قليلاً بالمستقبل وتركز أكثر على اللحظة التى تعيشها، ولا تتطلع كثيرًا للمستقبل، بل إن ذلك قد يبدو لك غير طبيعى إن أنت حاولته. ولكن هذا لا يعنى أن الفقر قدرك فى شيخوختك، فربما كان ما تركز عليه حاليًا سيوفر لك الأمان فى سنواتك اللاحقة. ولما كانت الأذنان دائمتى النمو على مدار الحياة؛ فمن المحتمل أن تصبح شحمتا أذنيك أطول. ومن المهم أن تتذكر أيضًا أنه ليس من الصواب أن تركز على عضو واحد فقط من أعضاء البدن؛ حيث إن الملامح تؤثر على بعضها البعض، بل وتعدل أو تتحكم فى تعبيرات باقى الأعضاء، ولابد أن تضع هذا دائمًا فى ذهنك فى أثناء قراءة الوجه سواء كان هذا الوجه وجهك أو وجه أى شخص آخر.

وثمة شيء آخر ينبغي أن تلاحظه على أذنيك، وهو: هل هما قريبتان من رأسك أم بعيدتان عنه؟ توضح الأذنان القريبتان من جانب الرأس أن صاحبهما مستمع جيد، أما إذا كانتا بعيدتين عنه (الشكل٢٢)، فهذا ليس- بالضرورة - دليلًا على أنك لا تنفذ ما يخبرك به الآخرون. إن الفرد ذا الأذنين البعيدتين عن جانب رأسه تغلب عليه الاستقلالية.



الشكل٢٢ ، الأذنان البعيدتان عن جانب الرأس دليل على الشخصية المستقلة

إذا كانت أذناك بارزتين ومائلتين للأمام، فإن هذا إشارة إلى أنك تحب أن تستمع إلى صوتك؛ أي لا تحب أن تستمع إلى الآخرين، ومن الممكن أن تكون عنيدًا إلى حد ما في ذلك. إن المرشح السابق لرئاسة الولايات المتحدة "روس بيروت" كان لديه هذه النوعية من الأذنين، ويشتهر عنه حبه للتعبير عن آرائه.

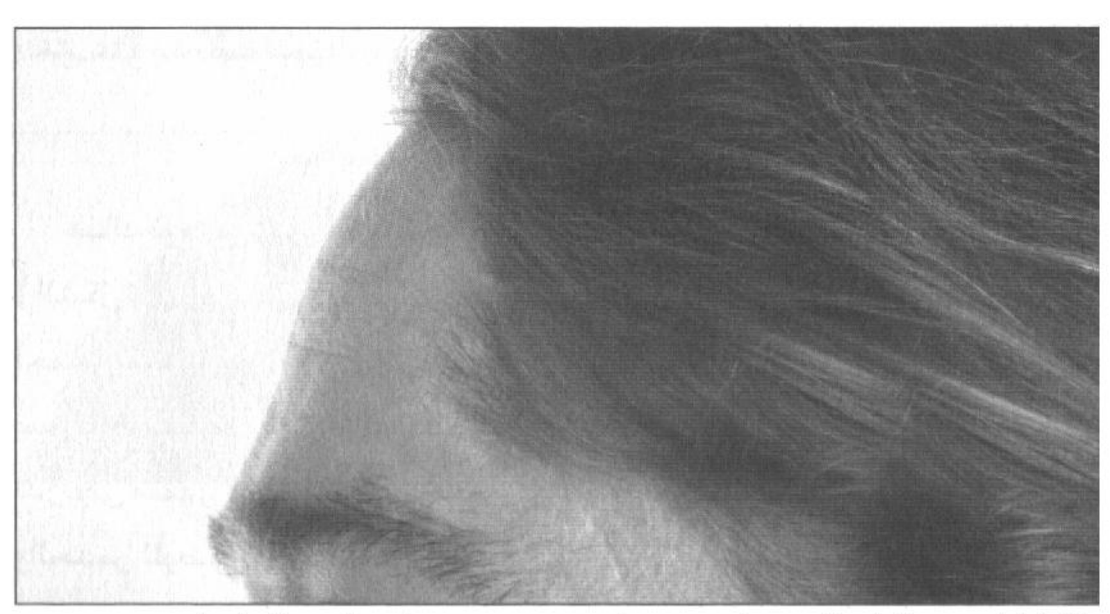
وقد ازددت تعلمًا عن هذا الملمح من أحد عملائي، وكان مؤلفًا لسلسلة كتب ناجحة. لقد لاحظت أنه يتمتع بهذه النوعية من الأذنين؛ فأخبرته بما يفترض أن تعنيه هذه الأذن، وكنت أخشى أن يغضب، ولكن الحقيقة أنه استغرق في التفكير، وبعد دقائق قليلة قال إن كلامي هذا يسعده ككاتب يجب أن يستمع إلى كلماته قبل أن يخرجها للعالم من خلال كتاباته. لقد كان حريصًا على معرفة وقع ما يقوله ويكتبه على القارئ في أثناء كتابته لكل مسودة ليضمن وضوحه وتواصله الجيد مع قرائه.

ومن خلال هذا الفهم الجديد، فقد أصبحت مهتمة بملاحظة هذه النوعية من الأذنين، وأذهلني أن رأيت أن الكثيرين من الناجحين في مجال الاتصالات لديهم هاتان الأذنان البارزتان والمائلتان للأمام!

خط منبت الشعر

بالإضافة إلى دلالة خط منبت الشعر – كما ذكرنا فى الفصل الثالث – على خبرة حياة المرء فى فترة المراهقة، فإنه علامة من علامات العنصر المائى. ويسمى هذا الجزء من الوجه أحيانًا "تأثير الأم" على الرغم من أنه قد لا يمت بأية صلة للأم الوالدة؛ فهو يرتبط بمن علمك أن تتوافق مع قواعد المجتمع. وهذا النوع من التعليم غالبًا ما يتضمن الاستفادة من انفعال الخوف – الذى يرتبط بالعنصر المائى – فى الضغط على النشء للتأكيد على أهمية التصرف المناسب.

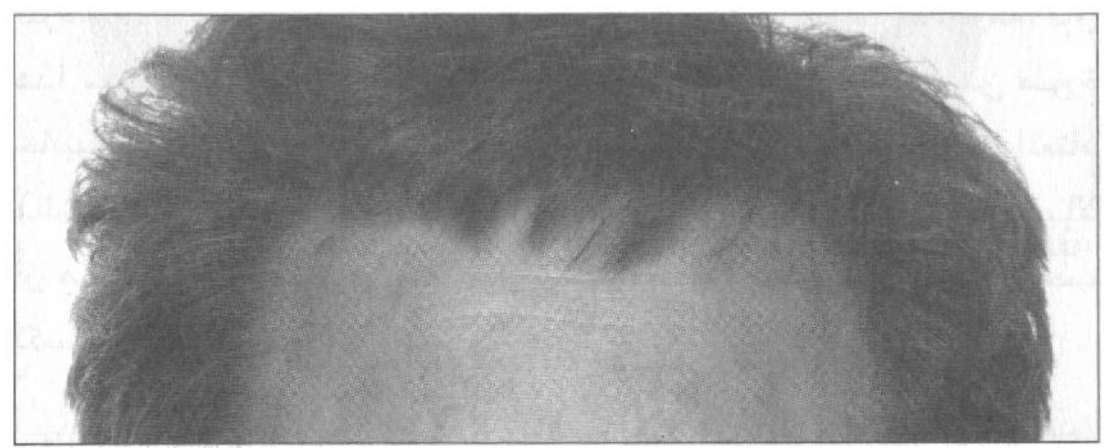
ويدل شكل خط منبت الشعر على تأثير الأم الذى يشكل جزءًا مهمًّا فى حياة المرء. وإذا كان هناك تركيز قوى على الخوف أو فرض القواعد الصارمة، فإن هذا سيتضح فى شكل محدد لخط منبت الشعر عندما ننظر إليه من صورة جانبية؛ حيث يقترب جانبا شعر الرأس من الحاجبين بدرجة أكبر من المعتاد (الشكل٢٣). يتمتع صاحب هذا الملمح بأخلاق راقية، ووعى كبير بالآخرين، إلا أن هذا قد يجعله يستغرق وقتًا أطول ليظهر نفسه، ويتحرر من الشعور بالذنب لكسره قواعد المجتمع.



الشكل٢٣: يدل جانبا خط منبت الشعر بهذه الصورة على تلقى صاحبتها لتربية صارمة.

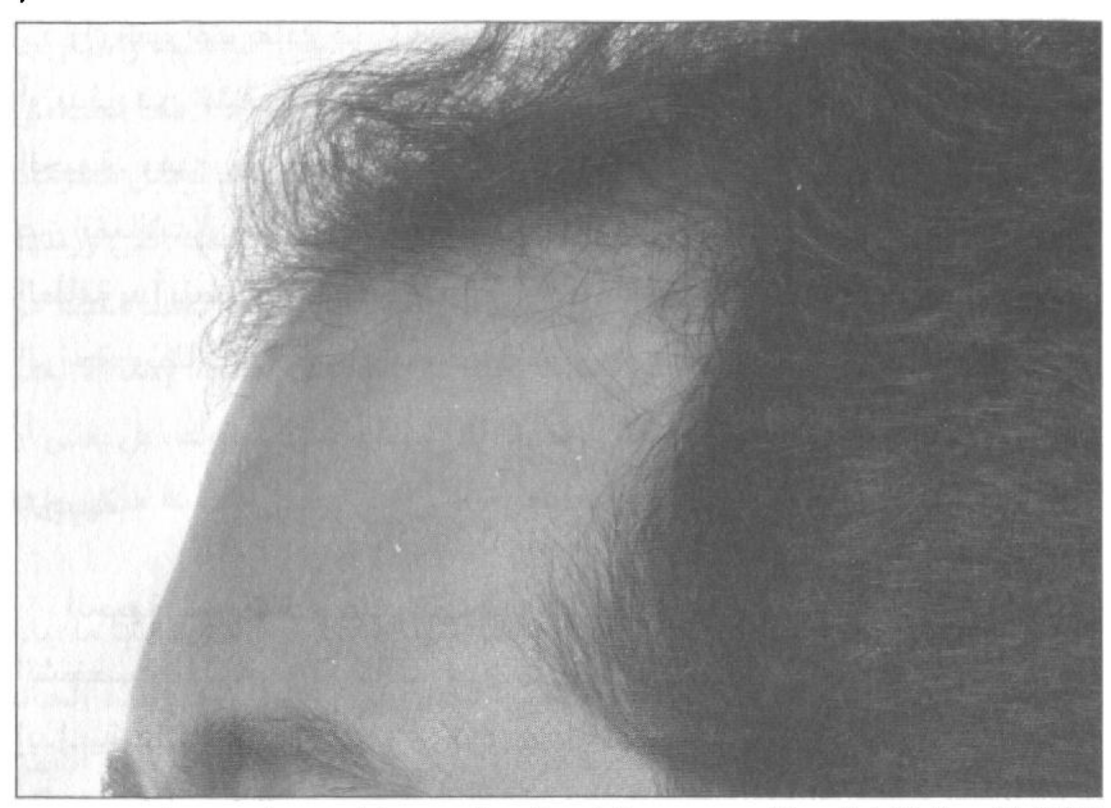
وثمة شكل آخر شائع، وهو خط منبت الشعر المربع الذى يدل على طبيعة متمردة (الشكل٢٤)، فإذا كان منبت خط شعرك بهذا الشكل، فإنك تعرف أنك تميل إلى عدم الانصياع للقواعد! ربما وضعك ذلك فى مشاكل فى الحياة، إلا أنه ميزة جيدة أيضًا؛ لأنه يساعدك على ابتكار أفكار جديدة تمكنك من فعل ما تريد.

وغالبًا ما أرى اقتران هاتين الخاصيتين فى وجه واحد؛ حيث أرى خط منبت شعر مربعًا بارزًا على مقربة من حاجب (شكل ٢٣). ليس من الغريب أن ترى مثل هذين المظهرين معًا، وقد يكون هذا نتيجة لمحاولة والدى الطفل المتمرد أن يلزماه بقواعد صارمة لينضبط، أو ربما أدى القمع الشديد لخلق متمرد!



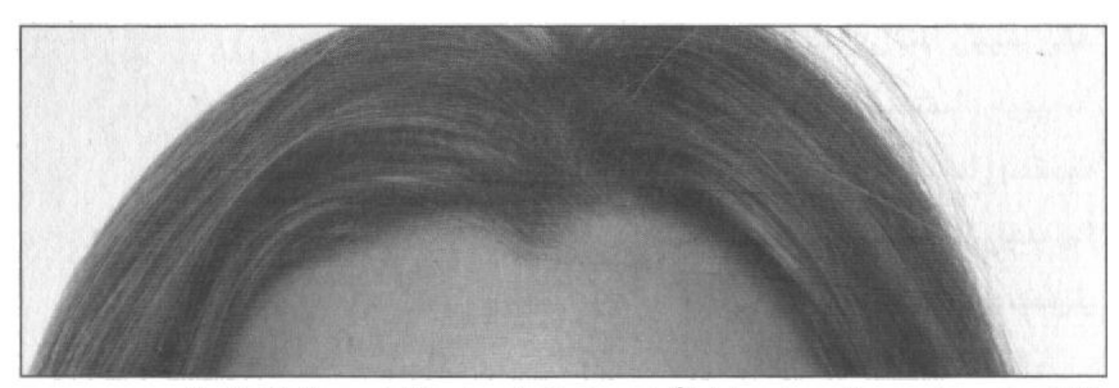
الشكل ٢٤ : خط منبت الشعر المربع يعكس طبيعة متمردة.

هناك نوع معين من خط منبت الشعر الذى يرجع فيه الشعر على زاويتى الجبهة (الشكل٢٥)، ويسمى أحيانًا "العقل المتسع". وهذا الملمح يوضح أن صاحبه يتمتع إجمالًا بتفتح العقل، كما يعنى أنه لا يتقيد بقواعد أو تفكير أحادى التوجه، وأنه يستطيع الاستنتاج بسهولة. وهذه النوعية من الأشخاص قد لا يسير على أسلوب تدريجى متمهل لاكتشاف شىء معين، بل يقوم بقفزات حدسية مازجًا بين التحليل والحدس للوصول للحل، وقد يتوصلون للإجابة قبل أن ينتهى محدثهم من سؤاله أو يتوقعون نهاية النكتة التى يلقونها قبل أن يكملوها! وهذا الخط لمنبت الشعر يميز الكثيرين من العلماء والفلاسفة.



الشكل ٢٥ : هذا الخط لمنبت الشعر يعبر عن شخص ذى عقل متفتح تنتابه ومضات حدسية.

يعبر خط منبت الشعر الذى يأخذ شكل الرقم ٧ من الأمام – أو "هامة الأرمل" كما يطلق عليه – والموضح فى (شكل٢٦) عن درجة عالية من الكاريزما (أو جاذبية الشخصية)، والإبداع، والجاذبية لدى الجنسين. وهذا الملمح الصغير الذى يأخذ على شكل ٧ تعد علامة على القوة الإغرائية القوية للعنصر المائى.



الشكل ٢٦ : خط منبت الشعر لـ "هامة الأرمل" علامة على جاذبية الشخصية والإبداعية.

أما انحسار خط منبت الشعر عن الجبهة فيشير إلى تمتع صاحبه بإرادة قوية وطموح – وهو علامة على ارتفاع معدلات إفراز هرمون الذكورة الذى يسبب فقدان الشعر، وهو ما يمكن ترجمته إلى نجاح مالى؛ ولهذا يعتبر الصينيون هذا الملمح علامة على الحظ الجيد.

وأى تغير غير عادى فى خط منبت الشعر قد يوضح أن ثمة عدم اتزان انفعالى أو بدنى فى الشخصية المائية، وهذا ما يتضح فى خفة الشعر على طول حافة الجبهة، وهذا يعنى ببساطة أن حياتك مشحونة بالضغوط سواء كانت ناتجة عن انفعالات أو خبرات صعبة مجهدة، أو المرض، ويوضح أيضًا أن مخزونك من الطاقة بدأ ينضب، وأنك بحاجة إلى أن تعيد ملء خزان طاقاتك، وإلى مزيد من الراحة، ونظام غذائى جيد، وضغوط أقل.

الجبهة

الجبهة العريضة أو على المقببة أو كلاهما تعد علامة قوية على الإبداع لدى الشخصية المائية. وإذا كانت جبهتك مقوسة للخارج (الشكل٢٧)، فإنك ذو إبداعية عالية. ومن السهل أن ترى هذا الملمح من خلال المنظر الجانبى. إن مثل هذا الملمح لا يعنى أنك لابد أن تكون رسامًا، فربما أنك تعمل محاسبًا ومع ذلك فمن المؤكد أنك ستجد طريقة لتوظيف إبداعك فى عملك، أو تعبر عن هذا الإبداع من خلال هواية. وإن لم يحدث ذلك، فمن المحتمل أن تشعر بعدم الرضا فى حياتك حتى تجد طريقة تحرر من خلالها ذلك الإبداع.



الشكل ٢٧ : الجبهة المستديرة تعد علامة على الفرد المبتكر بدرجة عالية.

يرتبط النصف العلوى من الجبهة بالوراثة، ويعبر عن المواهب، والمهارات، والقدرات التى انتقلت إليك من والديك، وأجدادك، بل ومن أسلافك القدامى. إذا كان هذا الجزء من وجهك مستديرًا أو ناتئًا؛ فهذا يعنى أنك تحمل معلومات ورثتها عن عائلتك، وكلما زادت استدارة جبهتك، زادت المواهب التى ورثتها، وهذا يعنى أيضًا زيادة "العيوب" التى ورثتها، والتى تمثل أيضًا نمطًا معينًا من الخبرة أو الدروس المستفادة التى انتقلت إليك عبر سلسلة النسب. وهذا لا يعنى بالضرورة أنك ستمر بنفس أنماط الخبرة التى مر بها من سبقوك، بل يعنى أن عليك النجاح فى التعامل مع خبرات الحياة التى تشبه بعض الشبه ما مروا به من خبرات.

ستلحظ أحيانًا على الجزء العلوى لجبهتك شيئًا مختلفًا، والذى غالبًا ما يبدو كنتوء أو بروز كبير، ويوجد فى أحد جانبى الجبهة دون الآخر. وفى هذه الحالة يجىء قدر أكبر من المعلومات غالباً من أحد فرعى الأسرة؛ فالجانب الأيمن يرتبط بالأم وأسلافها، فيما يرتبط الجانب الأيسر بالأب وأقاربه.

لذا إذا كان هناك بروز على الجانب الأيسر من جبهتك فهذا يعنى أنك قد ورثت سمات من أبيك وأسرته. بداية قد لا يكون ذلك أمرًا مبشرًا إذا تذكرت أن والدك كان يعانى من نوبات غضب هائلة، وأنك لا تريد أن تعانى من مثل ذلك الهياج الانفعالى! ومع ذلك عليك أن تدرك أنك صحيح ورثت عن أبيك تلك الطاقة النشطة، لكنك لم ترث عنه – بالضرورة – نفس أسلوب التعبير عنها. على سبيل المثال ربما لم يستطع والدك توجيه ذلك الدافع القوى ولا شخصيته الحيوية النشطة التوجيه الأمثل، بل عبر عنهما من خلال الغضب. أما أنت فبمقدورك أن توجه نفس هذه الحيوية إلى عملك المهنى، أو الأعمال الخيرية، أو أى بديل إيجابى متاح. ليس هناك صفة جيدة أو سيئة فى حد ذاتها؛ لأن الأمر يتوقف على كيفية توجيهك لها.

وإذا كان هناك بروز على جانبى جبهتك وليس على الجزء الأوسط منها؛ فإنك قد ورثت صفات ومواهب كلا والديك لكنهما مختلفان تمامًا أحدهما عن الآخر. وإذا كانت جبهتك مستديرة بشدة فى المنتصف؛ فهذا يعنى أن لديك صفات مماثلة لصفات والديك، بل وقد تكون تلك الصفات أرقى لديك.

ومن المهم أن تلاحظ ما ورثته عن أسلافك وألا تتجاهله؛ فالحقيقة أن مثل هذه المواهب ستظهر حتى لو قاومتها أو اعتقدت أنها لن تساعدك على تحقيق

النجاح المالى. ستظل تلك المواهب الموروثة تطرق بابك وتعرض لك أن تدرجها فى منظومة حياتك. إن الدافع الناتج عن الصفات الموروثة هو التجلى الطبيعى لطاقة الحياة - وهذا شىء إيجابى - فينبغى عليك أن تدعه يتجسد، بل عليك أن تطوره لتصل به إلى آفاق جديدة.

كان والداى مدرسين، وكان من المتوقع أن أكون أنا أيضًا مدرسة؛ حيث كانت فرص عمل النساء محدودة جدًا فى أثناء نموى فى فترة الخمسينات والستينات من القرن العشرين؛ حيث كان المجتمع فى تلك الفترة يرى أن الوظائف المقبولة للفتاة هى التدريس، أو التمريض، أو السكرتارية فقط إلى أن تتزوج ثم تنتقل إلى وظيفتها الحقيقية كزوجة وأم!

وأنا لم يكن لدى رغبة فى أى من هذه المهن؛ فعزمت على أن أعمل بشىء أكثر إثارة. وبعد مرور أعوام عديدة، وعندما بلغ ابنى الثالثة عشرة كان يفكر فى تحديد مستقبله نتيجة الانطباع الذى وصله من مدرسيه بأنه ينبغى عليه أن يقرر ما سيعمل به بنهاية دراسته الثانوية؛ مما سبب له ألمًا شديدًا لتحديد ما سيعمل به، ولم تفلح أى من محاولاتى لطمأنته بأنه لا يزال أمامه وقت طويل ليستكشف فيه الحياة ومحتمل أن تتوافر أمامه عدة مهن.

وفى النهاية أخبرته - فى محاولة منى لتشجيعه - بقصتى، وكم كانت الخيارات المتاحة أمامى محدودة جدًا مقارنة بالمتاح أمامه. قلت له: "كان جدك وجدتك مدرسين، وكانا يعتقدان أننى أنا أيضًا سأصبح مدرسة، ومع ذلك انظر إلى ما أنا فيه الآن!" وفى ذلك الوقت استعرضت فى ذهنى مشوار حياتى ككاتبة، ومصورة فوتوغرافية، ومستثمرة، ومثمنة عقارية، وممارسة لـ "فنج شوى"، وقراءة الوجه، وأسافر حول العالم لألقى الدروس وأدرب الناس.. إلخ.

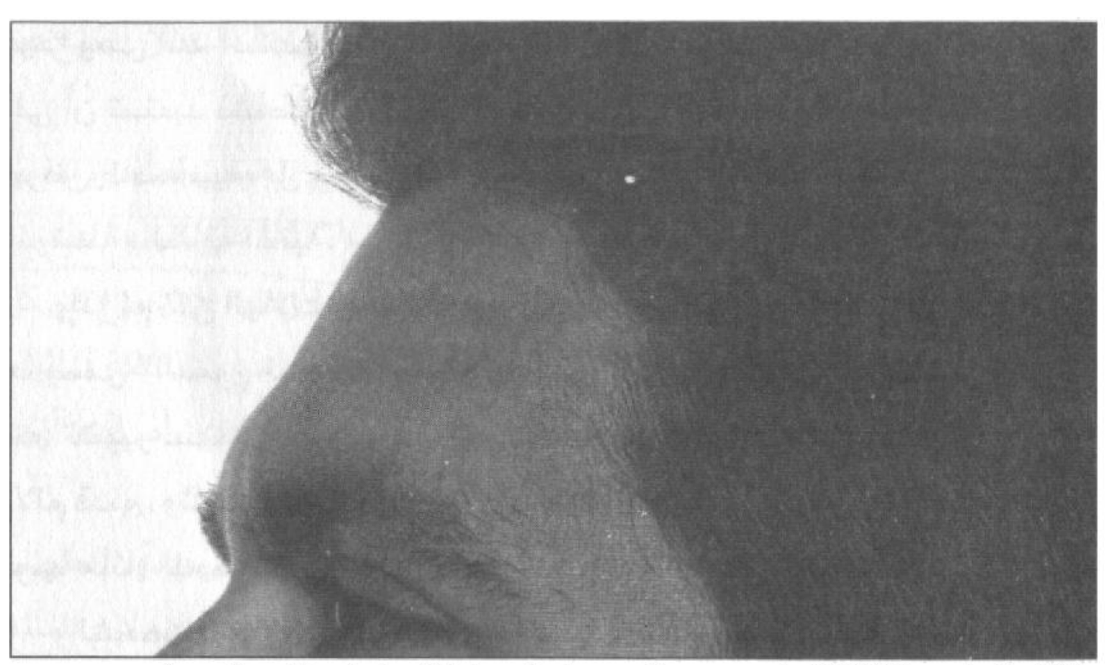
فقال لى ابنى بضجر طفيف على وجهه: "آه، لكنك مدرسة".

ثم ابتسم عندما رأى تعبير الدهشة الذى ظهر على وجهى؛ فقد كنت أعلم أنه محق! لقد قادنى هذا المشوار الطويل المتعرج فى النهاية إلى العمل إلى صفاتى الوراثية: التدريس. لذلك لا تدر ظهرك للمهارات التى تأتيك بصورة طبيعية؛ لأنك ستستفيد منها فى النهاية.

وإذا كانت جبهتك مسطحة؛ فهذا لا يعنى اختلافك عن أجدادك! إن هذا يعنى أن بإمكانك أن تتميز فى مجال جديد وتسلك طريقًا خاصًا بك فى الحياة، بل قد يكون هذا الطريق مختلفًا بالكامل عن طريق بقية أفراد أسرتك. من

المحتمل أن تتمتع بمهارة جديدة مغايرة تمامًا لما كان عليه أسلافك. وهذا الكلام يسعد الكثيرين من الناس، وخاصة عندما يعلمون أن بإمكانهم التحرك المستقل عن سلسلة أجدادهم وتكوين سلسلة وراثية يكونون هم منشئيها.

والجبهة المائلة للداخل باتجاه الرأس بداية من عظمة الحاجب أحيانًا ما يطلق عليها اسم "جبهة عاقدى الصفقات" (الشكل ٢٨). يستطيع صاحب هذه الجبهة أن يتوصل لحلول إبداعية للمشاكل ولا يشعر بأنه مثقل بقواعد المجتمع، وقد كان هذا الملمح عند الصينيين القدماء علامة على الشخص المجرم، ومع ذلك فإننى الآن أرى هذا الملمح كثيرًا لدى المستثمرين الناجحين وغيرهم ممن أخذوا على عاتقهم التوصل لحلول للمشاكل.



الشكل٢٨ : الجبهة المائلة للخلف تعبر عن القدرة على التوصل لطرق إبداعية لعقد الصفقات.

منطقة أسفل العين

منطقة أسفل العين من مناطق الوجه التى تعكس كلًا من الحالة الانفعالية والبدنية، وكلما رأينا شيئًا مثيرًا على وجه أحدهم، فإن له علاقة بمشكلة انفعالية، أو صحية، أو كليهما معًا. وكما أوضحت من قبل، فإن الطب فى الغرب حاليًا يثبت ما أقره الطب الصينى وما كان الكثيرون منا يؤمنون به منذ زمن

من أن الاضطرابات البدنية ناتجة عن الانفعالات؛ حيث تبدأ المشكلة بانفعال لا يعالج بنجاح وإذا استمر لفترة طويلة فإنه يظهر على البدن بشكل أو بآخر. ولهذا السبب قد تجد أن المشكلة الانفعالية والبدنية موجودتان معًا فى ذات اللحظة التى تقرأ فيها وجه أحدهم، ومع ذلك فلا ينبغى أن تخمن أيهما سبب المشكلة دون أن تطرح عليه الأسئلة.

إذا كنت شخصًا مائيًا فإن لديك ظلالاً طبيعية حول عينيك وبخاصة أسفلهما، ومنطقة أسفل العينين هى أيضًا الموضع الذى يمكن من خلاله التعرف على الحالة الصحية للكليتين لدى أى شخص سواء كان هذا الشخص ينتمى للعنصر المائى أم لا. وهذه المنطقة لدى معظم الأشخاص غير المائيين ملساء صافية ذات لون قرمزى خفيف، وإذا ظهرت هالات سوداء فيها أو غارت بصورة لم توجد من قبل، فهذا يعنى أنك استنفدت مؤقتًا طاقة الحياة لديك، وهذا دليل على أنك بحاجة إلى أن تستعيد نشاطك على أقل تقدير، وقد يكون هذا دليلًا على الجفاف، أو مرض الحساسية، بل وحتى أمراض الكليتين؛ لأن الكليتين من أعضاء الجسم المرتبطة بالطاقة المائية.

وإذا لم تكن الهالات السوداء حول العين دليلاً على مشاكل صحية؛ فقد تكون ما يسمى "الدموع الحبيسة"، وهى علامة على الألم المكبوت، أو المشاعر التى لم يتم التعبير عنها. وإذا كانت هذه الهالات داكنة بدرجة كبيرة، فهذا دليل على أن الألم قديم، وثابت، وعميق، ويسبب مشاكل لجسمك منذ فترة طويلة. أما إذا كان لونها مائلاً للحمرة، فهذا دليل على ألم حديث العهد فى حياتك.

والشخص المائى قد يكون هناك هالات سوداء طبيعية فى منطقة أسفل عينيه، ومع ذلك لابد ألا يتجاهل ذلك. العنصر المائى - كما سبق أن رأينا - يستشعر الأشياء بعمق، وقد يُجرح بسهولة لكنه لا يتعافى بسهولة. والمنطقة القاتمة أسفل العينين تعكس الحالة المزاجية للشخص المائى؛ أى غلبة العمق على مشاعره، وكتمانه الآلام وتحمله لها.

والدوائر الشاحبة أسفل العينين ليست شائعة مثل الهالات السوداء لكنها قد تظهر، وهو ما قد يشير إلى عجز فى الطبيعة المائية بسبب ألم قديم يسمى "المياه المتجمدة"؛ وهو ألم ترسب لدى الشخص لدرجة لم يعد معها يستطيع الشعور به أو التعامل معه، أو قد يعنى أنه يجهد نفسه فى العمل ويعيش حياة مضطربة محمومة؛ وبالتالى "يدمر" طبيعته المائية تمامًا. اعلم أن كلا هاتين المشكلتين قد

تكون موجودة، فربما أنك قد اخترت الحياة المزدحمة المشغولة لتتحاشى النظر إلى تلك الجروح العميقة أو استشعارها.

وإذا كان هذا التلون ناتجًا عن شعور المرء بأنه مهمش، فقد أصبحت "إمدادات" طاقة عنصر الماء فى النهاية غير كافية؛ لأنها تعرضت للإعاقة وتوقف حركتها. وإذا كانت هذه العلامات ناتجة عن العمل الزائد والحياة المليئة بالنشاط البالغ فقد يحدث نفس الشيء.

كان أحد عملائى لديه دوائر شديدة البياض أسفل عينيه مما جعله يحاول يوميًا إخفاءها بمستحضرات التجميل. وعلى الرغم من أنه كان شخصًا مائيًا صميمًا.. حدسًا، وروحانيًا، إلا أنه لم يكن يحيا حياة تتوافق مع عنصره، بل كان يتهرب من مشاعره. وكان لهذا التهرب ما يبرره؛ حيث كان قد تعرض لصدمات مؤلمة فى وقت سابق من حياته، ولم يتعامل معها، وكانت نتيجة ذلك أن أصبح فى حالة إنكار لمعظم انفعالاته.

وكان منهمكًا بشدة فى دراسة يوجا كونداليني، والتى تتضمن تمارين تنفس قاسية مثل "نَفَس النار"، وهو نشاط ذو طاقة تختلف تمامًا عن طبيعة عنصر الماء! وكان أبًا لثلاثة أبناء ومطلقًا، ويعمل لساعات طويلة وعليه أن يسرع فى كل شيء لأن جدوله كان مشغولًا جدًا. كل هذه الأنشطة ليست من الأنشطة المائية، ولعدم قدرته على التخلص من بعض هذه الأعباء، بل إنها زادت، أصابته أزمة قلبية أجبرته على تغيير نظام حياته بالكامل.

والانتفاخ فى منطقة أسفل العينين قد يكون علامة أخرى على وجود العنصر المائى فى شخصيتك (الشكل٢٩)، أو قد يعنى أن جسمك مشبع بالأملاح الناتج على الأرجح من شرب الكثير من المياه المعدنية، أو تناول الكثير من الأطعمة المملحة. وإذا لم يكن الانتفاخ يرجع لمشكلة صحية، فهو ناتج عن مشكلة انفعالية أكثر من احتمال حدوثه لسبب عضوى، وهذا أيضًا يرتبط بـ "الدموع الحبيسة"؛ حيث كبتت المشاعر ولم يسمح لها بالظهور.



الشكل٢٩ : الانتفاخ أسفل العينين يدل على وجود العنصر المائى فى الشخصية، واحتمال كبت المشاعر.

الوهدة

الوهدة هى الحز الموجود فوق الشفة العليا أسفل الأنف، وهى علامة على القدرات الإبداعية على مستويات متعددة. وهذه الوهدة تساعدك على تقييم تفاصيل قدراتك الإبداعية البدنية، مثل صحتك الإنجابية بما فيها الخصوبة. وإذا كان هذه الملمح واضحًا ومحددًا جيدًا، أو به حز عميق فهذا دليل على أنك شخص ذو خصوبة عالية جدًّا!

أما إذا كان هذا الجزء من الوجه ضحلًا أو غير واضح أو غير محدد جيدًا، فهذا لا يعنى بالطبع أنك لن ترزق بأطفال، بل يعنى أنك لا تتمتع بالكثير من الخصائص الأساسية للعنصر المائى كأحد أقوى الخصائص فى جسمك.

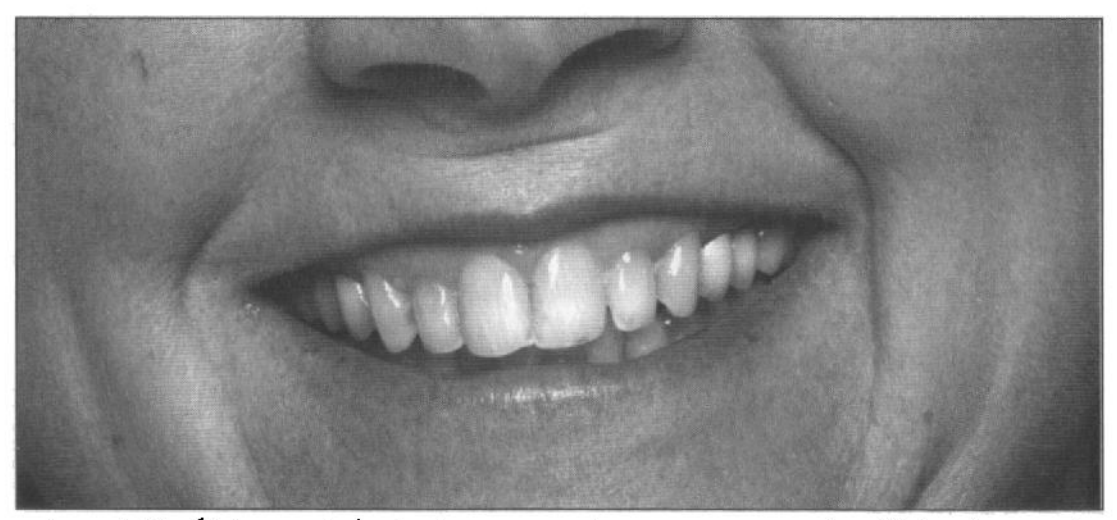
والحز القوى فى هذه المنطقة يشير أيضًا إلى صاحبه شديد الإبداعية؛ حيث يتمتع الكثير من الممثلين ومن لهم علاقة بالفنون بوهدات محددة واضحة؛ فإذا كانت وهدتك ينطبق عليها هذا الوصف، فمن المحتمل أن تعبر عن قدراتك الإبداعية فى ميادين أخرى فى الحياة حتى لو لم يكن لديك أطفال؛ لأن هناك العديد من الطرق لتستفيد من قدراتك الإبداعية.

كان الصينيون يعتقدون أن الوهدة الطويلة والمحددة الواضحة علامة على طول العمر والصحة، ومع ذلك فقد كان لهذا الوضع علاقة بالإنجاب أيضًا، فإذا كنت شخصًا خصبًا فسترزق بأطفال كثيرين مما يعنى أنك ستلقى العناية الجيدة فى شيخوختك؛ ومن هنا تعيش حياة مديدة وسعيدة! ومع ذلك، فالملاحظ

لجوهر عنصر الماء سيجد شيئًا إضافيًا يرتبط بهذا الاعتقاد، فالعنصر المائى يرتبط بقوة الحياة الفطرية لديك، وإرادة الحياة. إذا كان فى وجهك علامات قوية من العنصر المائى؛ فهذا قد يعنى أنك تتمتع بقوة الإرادة التى تمكنك من الصمود فى وجه ما لم يستطع غيرك الصمود فى وجهه.

من الشائع أن ترى علامات بداخل مجرى الوهدة، وهذا قد يكون علامة عامة على أن صاحب هذه الوهدة عانى أو يعانى من مشكلة فى صحة جهازه التناسلى، وقد يعنى مشاكل فى البروستاتا أو الخصية بالنسبة للرجال، أما لدى النساء فقد تكون المشكلة فى أى عضو من الأعضاء التناسلية. على سبيل المثال قد يكون هذا علامة على أن الشخص أجرى جراحة فى الجهاز التناسلى. ومع ذلك، فإننا نؤكد كالعادة أن العلامات الموجودة على الملمح قد تكون ذات علاقة بمشكلة انفعالية، وهو ما يتمثل فى معاناة الأم من خبرة قاسية فى أثناء الحمل أو الولادة، أو قد تشير إلى مشاكل متعلقة بالأداء الإبداعى أكثر من الخصوبة العضوية.

إن الخط الأفقى الموجود على وهدة هذه السيدة (الشكل٣٠) يوضح عادة أنها فقدت طفلًا لها إما من خلال الإسقاط أو الإجهاض، أو وفاته بعد مولده. وقد يعنى هذا الخط أنها أجرت عملية استئصال الرحم، أو أية جراحات أخرى فى جهازها التناسلى، أو أنها مرت بالخبرة الصعبة لانقطاع الطمس. إننى نادرًا ما أرى مثل هذا الخط لدى الرجال الذين فقدوا طفلًا لهم؛ لأن هذا لا يؤثر على أجسامهم، ومع ذلك فهذا ينعكس على الموضع على وجوههم الذى يعبر عن المرحلة التى مروا فيها بتلك الخبرة المؤلمة.



الشكل٣٠، الخط الأفقى الموجود على وهدة هذه السيدة يشير عادة إلى أنها فقدت طفلاً لها إما من خلال الإسقاط أو الإجهاض.

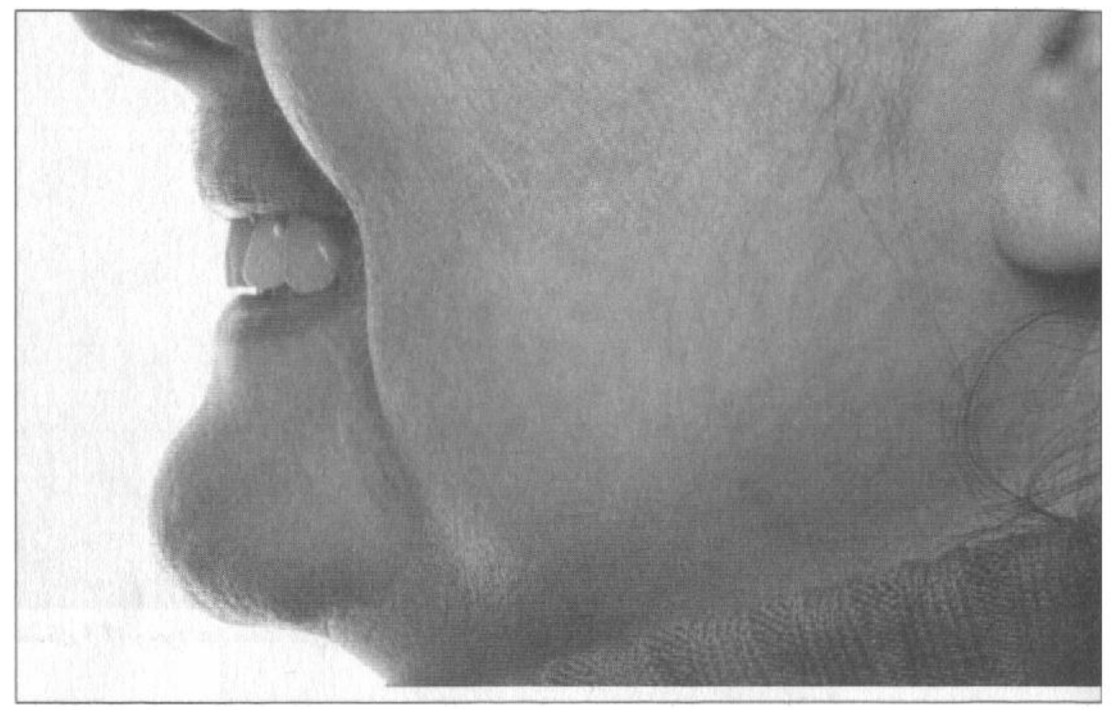
والخط العمودى بطول هذا الملمح قد يعنى أن ثمة مشكلة ضاغطة حول ابن أو أكثر من أبنائك؛ ولذلك يظهر أثره على وجهك. وهنا أيضًا قد يكون هذا انعكاسًا لمشكلة تتعلق بالإبداع الشخصى ونتاج ذلك الإبداع.

وتدل الوهدة أيضًا على مرحلة انتقالية مهمة تحدث فى سن الخمسين فى الحياة، ولكن الأمر هنا أيضًا لا يزال ذا علاقة بمشاكل الخصوبة والإبداع، فهذه السن بالنسبة للمرأة هى السن التى تبدأ فيه طاقتها الإنجابية فى التحول إلى تعبير جديد. وغالبًا ما تكون هذه السن هى وقت بداية انقطاع الطمث والتحرر من هذا المظهر البيولوجى؛ حيث يصبح بمقدورها فى هذه المرحلة أن تعبر عن إبداعيتها بطريقة جديدة بالكامل؛ ففى النهاية يتوفر لها الوقت اللازم لتسمح لهذا الجانب من شخصيتها بأن يظهر. أما عن الرجال، فإن هذه السن غالبًا ما تكون بداية لنوع جديد من الإبداع أيضًا؛ حيث يبدءون فى تأمل حياتهم ويشعرون برغبة فى التعبير عن ذواتهم بطريقة أكثر إرضاءً.

الذقن

الذقن مؤشر على مستوى قوة الإرادة والعزيمة، ومدى التماسك الذى يتمتع به الشخص؛ فكلما كان الذقن قويًّا مقارنة بباقى ملامح الوجه دل ذلك على مدى ما تتمتع به من جلد وثبات يرتبط بالطبيعة المائية. إن هذا الملمح أيضًا ينطبق على الحالة الصحية للمثانة.

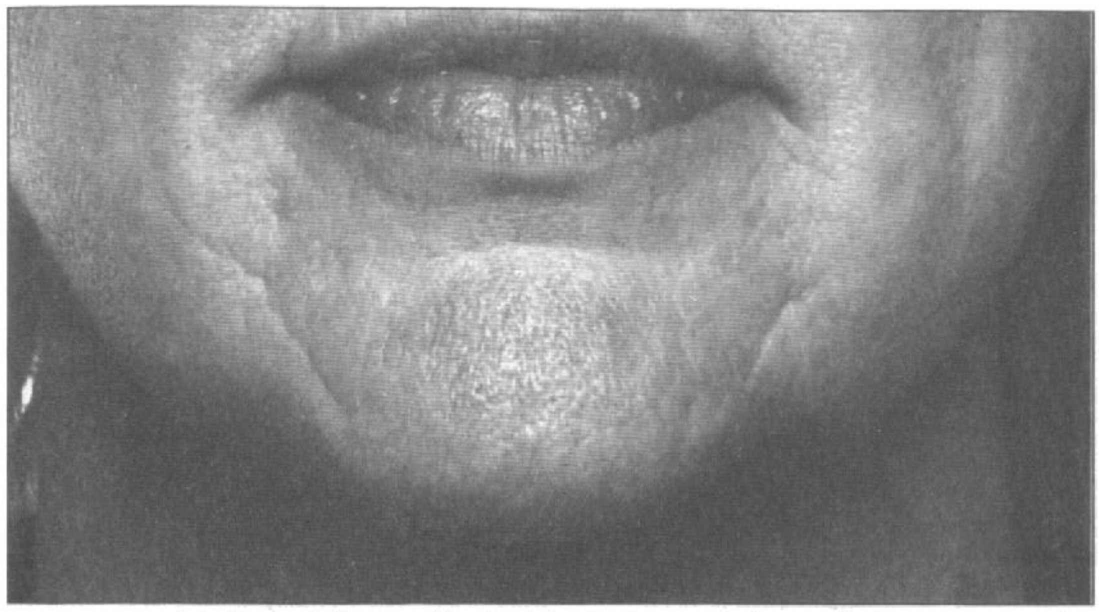
ويدل الذقن القوى (الشكل٣١) على إرادة قوية، ولكنه يدل أيضًا على العناد، ومع ذلك فهذه الطبيعة العنيدة غالبًا ما تكون صفة إيجابية فى المواقف المناسبة!



الشكل٣١: الذقن القوى يدل على إرادة قوية.

إذا كان رئيسك فى العمل ذا ذقن بارز؛ فهذا يوضح سبب وصوله لمثل هذا المنصب الرفيع أساسًا. وإذا كان ذقن طفلك بارزًا للخارج، فقد يمثل هذا مشكلة لك كوالد، وعزاؤك هنا هو أنه عندما يكبر ابنك فلن يكون ضعيفًا.

أما الذقن الضعيف، أو الذى يحمل علامات مثل التجاعيد، أو الندوب، أو غمازات؛ فغالبًا ما يدل على ضعف الإرادة رغم تميز أصحاب العنصر المائى بقوة الإرادة (الشكل٣٢). إذا كانت لديك مثل هذه العلامات؛ فقد يعنى هذا أن عليك أن تتعامل مع الكثير من المخاوف فى حياتك، أو أن تسرف فى استخدام قوة إرادتك مما يستنفد طبيعتك المائية. وقد ينعكس هذا فى صورة صعوبة فى دفاعك عن نفسك أو قد يقودك إلى المبالغة فى التعويض لدرجة تصبح معها سلبيًا جدًا، أو غير متسامح فى محاولة لحماية نفسك.



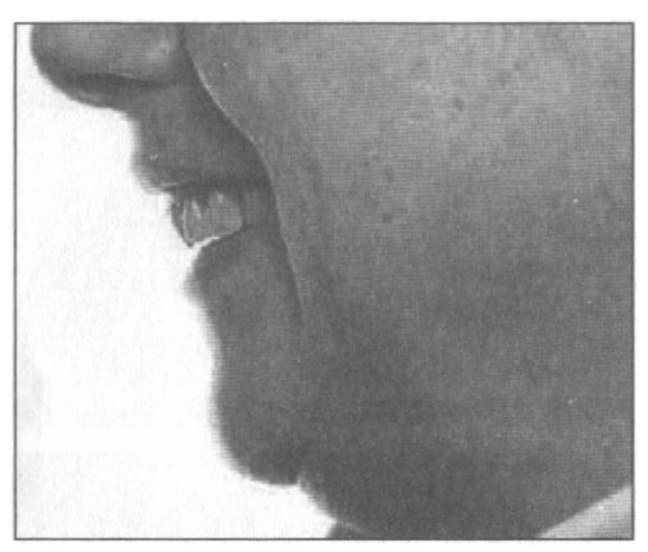
الشكل ٣٢: وجود علامات على الذقن يدل على اضطرار المرء لاستنفاد الكثير من قوة إرادته.

أذكر أحد اللقاءات التليفزيونية مع النجمة "كارول بارنيت"؛ حيث تحدثت عن جراحة التجميل التى أضافت فيها رقعة لتمنحها ذقنًا قويًا، وذكرت أنها دهشت عندما اكتشفت بعد العملية أنها تشعر بأنها قادرة على أن تدافع عن نفسها لأول مرة فى حياتها. إن هذا يتوافق بالكامل مع ما نتعلمه من قراءة الوجه؛ حيث عانت هذه النجمة خبرة طفولة مؤلمة مع أبوين مدمنين خمر، واضطرت لاستهلاك قدر كبير من قوة إرادتها لمجرد أن تتجاوز هذه الخبرة انفعاليًا. وعندما غيرت من شكل ذقنها فى سنى رشدها، فقد عززت طاقة عنصر الماء لديها؛ مما ساعدها على أن تكتسب القدرة على أن تكون عنيدة!

ومن أنواع الذقن "الضعيف" الذقن المائل للخلف (الشكل٣٣)، والذى يدل على ماض ملىء بالكبت والخضوع ولاسيما فى فترة الطفولة، وقد يكون لهذا أثر كبير على خبرتك الحياتية بالكامل؛ لأنه أحيانًا ما ينتج عنه نظرة تشاؤمية للحياة، أو سلبية، أو الاستسلام بسهولة، بل قد ينتكس صاحب هذا الذقن إلى سلوكيات الطفولة عندما يقع تحت ضغط لدرجة تصرفه بطرق انفعالية غير ناضجة، وقد يؤدى به تعرضه للضغط الشديد إلى حالة من الشعور بأنه طفل أو منعدم الحيلة. إن نمط التربية الذى لم يسمح لك بأن تدافع عن نفسك عندما كنت صغيرًا قد يخلف لديك وهنًا داخليًا يستمر معك حتى مرحلة الرشد. وليس إلا مجموعة محدودة جدًا من ذوى الأذقان المائلة للخلف يرون كل الناس من خلال منظور

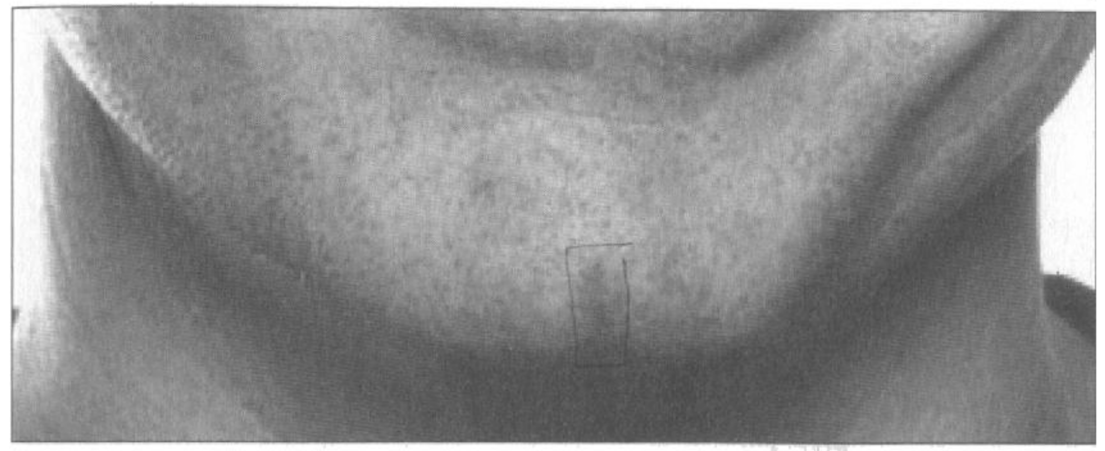
التعرض للقهر والتصرف كضحايا؛ وذلك من خلال الأنين والشكوى، وإشعار الآخرين بالكآبة.

لا تتسرع فى افتراضاتك؛ فإذا كان ذقنك مائلًا للخلف، فإن بمقدورك النضال للتحرر من الظلم والضعف؛ ولأنك ذقت مرارة المعاملة، فقد تأخذ على عاتقك رسالة النضال حتى لا يتعرض الآخرون لنفس الظلم الذى تعرضت له.



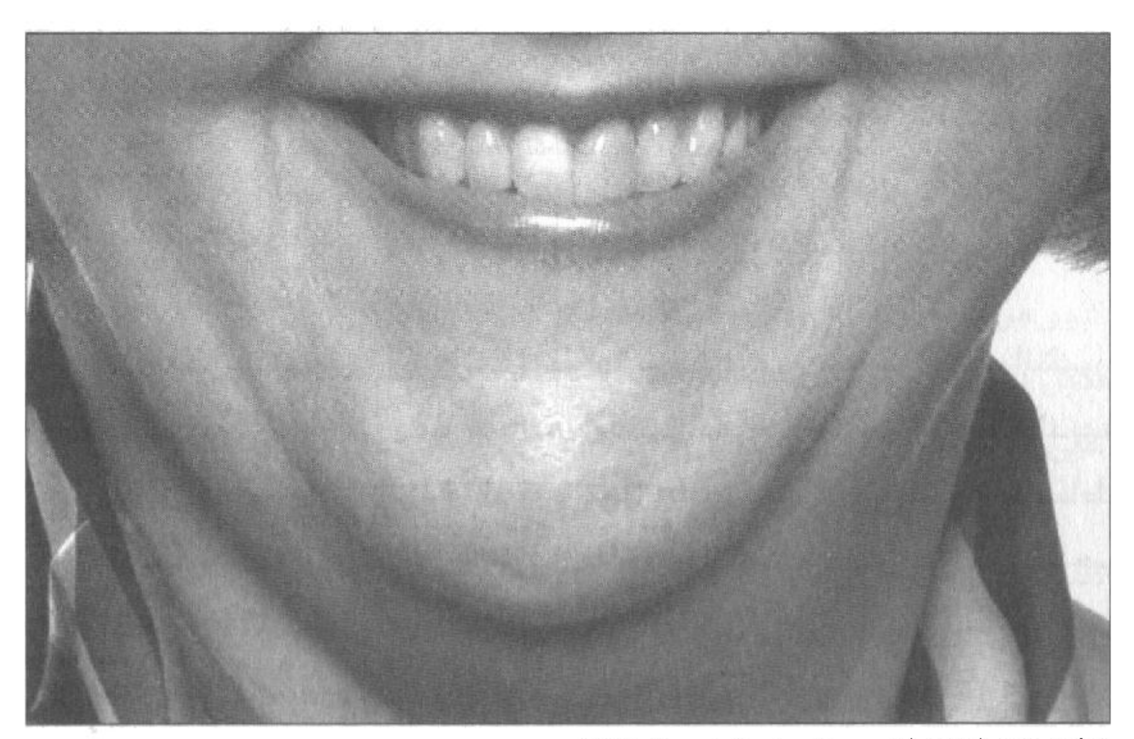
الشكل٣٣: الذقن المائل للخلف عادة ما يعنى تعرض صاحبه للقهر والكبت فى مراحل سابقة من حياته.

أما الذقن المشقوق (الشكل٣٤) فغالبًا ما يدل على شخص يحب الظهور؛ حيث يشير هذا الملمح إلى رغبة قوية فى جذب الانتباه والتقدير، إلا أن من لديهم هذا الذقن ليسوا مغرورين أو متمركزين حول ذواتهم، بل هى توضح – ببساطة – حاجتهم الحقيقية لتقدير الآخرين وانتباههم لهم. ومعنى هذا أن صاحب هذا الذقن إذا كان يعمل بعيدًا عن الأضواء؛ فإنه من الضرورى بين الحين والآخر أن يظهر لينال التقدير الذى يحتاج إليه بشدة، وإذا لم يحدث هذا فإنه سيكون تعيسًا دون أن يعرف السبب.



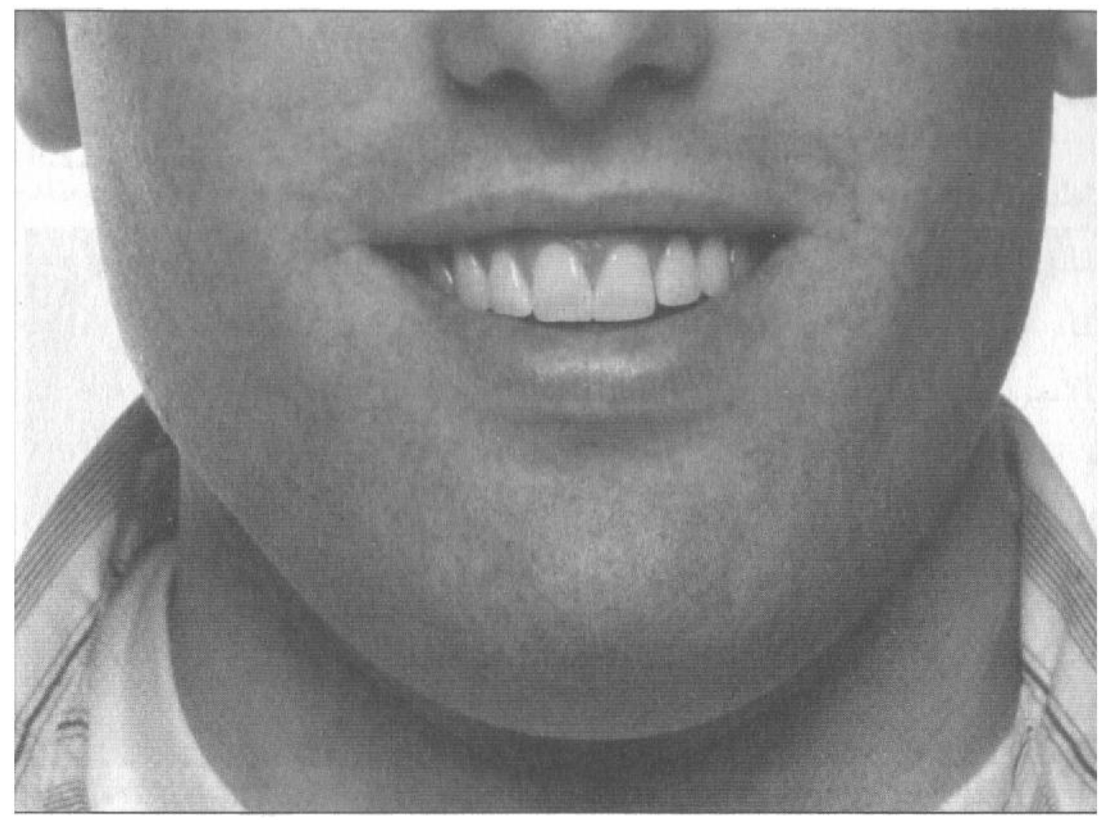
الشكل٣٤: الذقن المشقوق يدل على الحاجة للحصول على انتباه الآخرين.

أما الذقن المدبب (الشكل٣٥)، فإنه يدل على تردد صاحبه وتأثير الآخرين أو الانفعالات عليه، وقد يتخذ قرارًا – مثلًا – ثم يتردد فى تنفيذه بعد أن يقدم له صديقه بديلًا مختلفًا، أو قد يغير رأيه بسهولة بالغة وفقًا لحالته المزاجية.



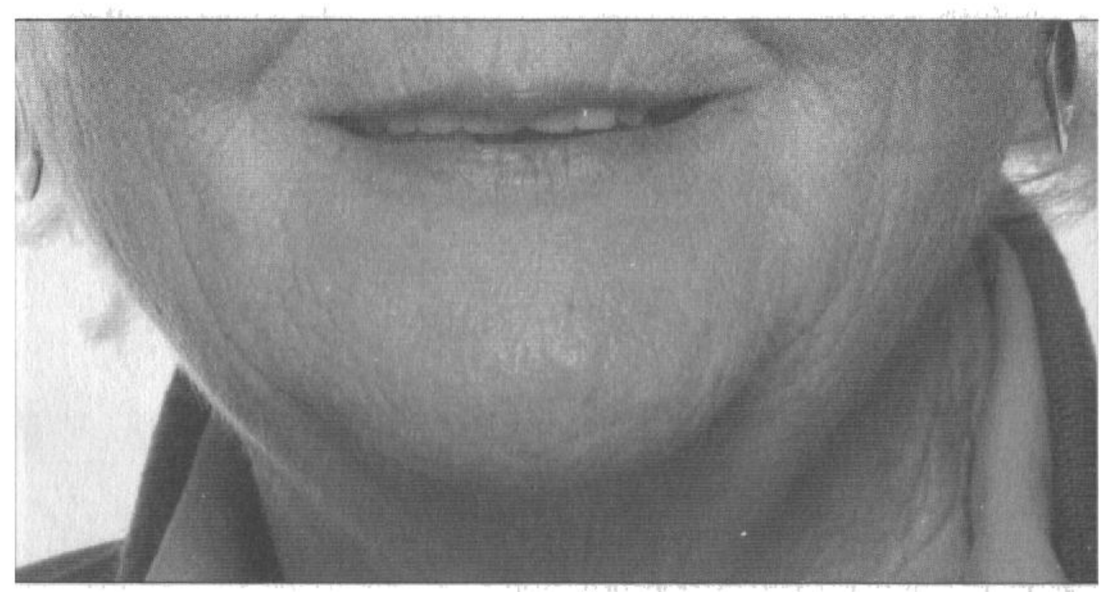
الشكل٣٥: الذقن المدبب يدل على شخصية مترددة.

والذقن العريض من العلامات الأخرى التى تدل على قوة العنصر المائى (الشكل٣٦)، والتى تدل فى العادة على طبيعة حدسية عالية، وقوة إرادة حادة. ويعتبر الصينيون أن هذه العلامة دليل على الحياة المديدة أيضًا؛ لأن قوة العنصر المائى تعنى قوة الرغبة فى الحياة.



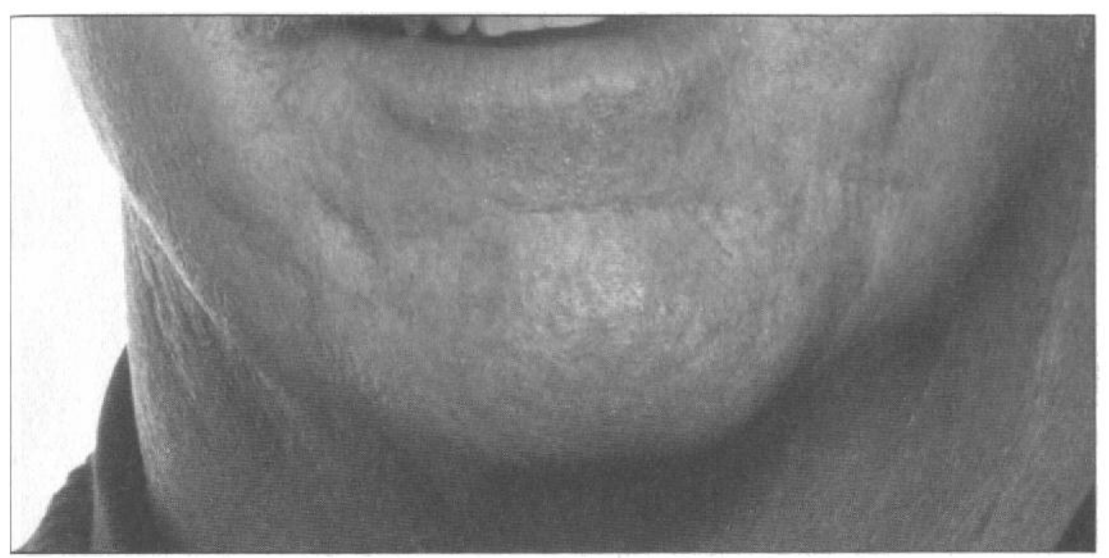
الشكل ٣٦ : الذقن العريض يدل على قوة حدس صاحبه وتماسكه.

كلما ظهرت استدارة إضافية على أحد الملامح كان معناه المزيد من الطيبة والكياسة. والذقن المستدير (الشكل٣٧) يدل على أنه حتى لو كان ذقن الفرد عريضًا "عنيدًا"، فإنه سيعبر عن عناده بطريقة دبلوماسية!



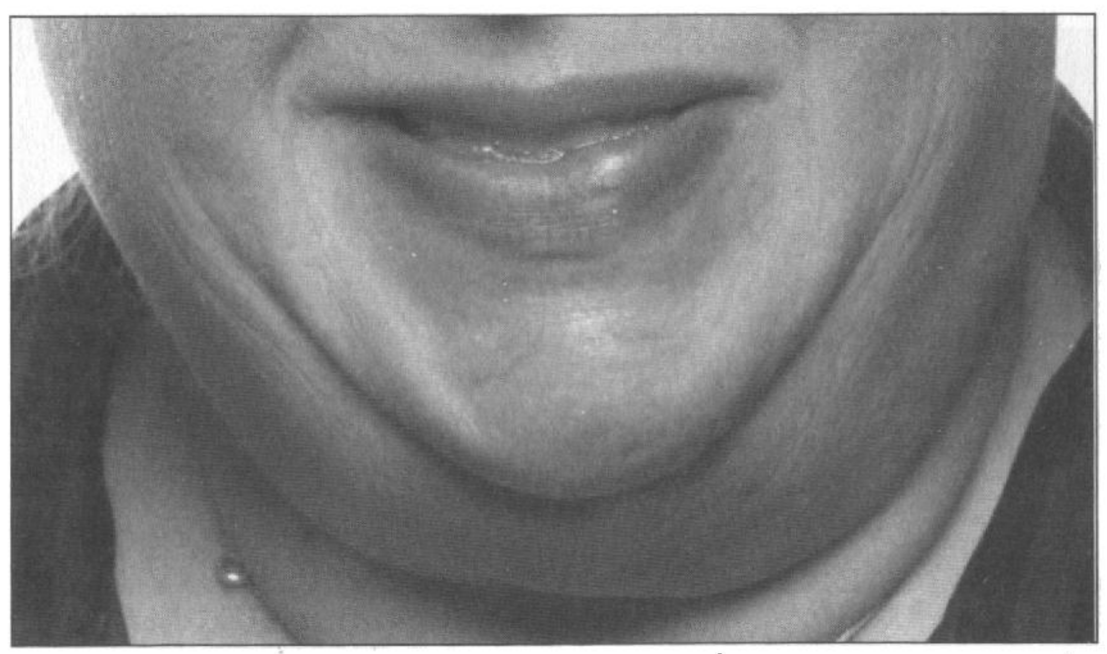
الشكل٣٧: الذقن المستدير يدل على المزيد من الألفة.

وأى ملمح مربع الشكل، فإنه يدل على طبيعة علمية. إن الذقن المربع (الشكل٣٨) يعنى أن صاحبه يتمتع بقدرة عالية على الإدراك الصائب، وعلى التفكير المنطقى.



الشكل٣٨، الذقن المربع يدل على أن صاحبه شخص عملى.

أما الذقن المزدوج (الشكل٣٩) فأحيانًا ما يدل على أن صاحبه يستطيع أن يتبنى أكثر من رأى واحد، ويستطيع أن يرى كل جوانب المشكلة، ويدرك وجهة نظر الجميع. ويعتقد الصينيون أيضًا أن هذا الملمح يعنى أن صاحبه سيعيش مرتاحًا عندما يتقدم به العمر!



الشكل٣٩، الذقن المزدوج يدل على أن صاحبه لا يميل للحكم على الناس بالإدانة.

العنصر المائى، من أنت؟ وما هى رسالة حياتك؟

من أنت، وكيف يمكنك أن ترضى نفسك؟ كيف يمكنك أن تمهد الطريق لإظهار رسالتك الحقيقية فى الحياة؟ لابد – أولًا – أن تسمح لجوهر طبيعتك المائية بأن يترعرع لتؤدى الدور المنوط بك فى هذا العالم. إذا كنت تنتمى لعنصر الماء حقًا، فإن طبيعتك الحقيقية طبيعة تحمل بداخلها حكمة عميقة، وارتباط بالأسرار الأولية القوية للحياة. إن المشاعر القوية التى قد يحاول الآخرون كبتها أو إنكارها موجودة بالفطرة فى طبيعة عنصرك، وينبغى عليك أن تعبر عنها كمصدر لدعم ذاتك والآخرين. استحضر شجاعتك، واعترف بها لتستشعر هذه الانفعالات، وتفصح عنها. اسمح للدموع بأن تنزل من عيونك، بل اسعد بها؛ لأنها تظهر لك أمتلاكك لمثل هذا العمق فى المشاعر.

أوجد طرقًا للاستفادة من مواضع قوتك: حدسك، وإبداعيتك، وعزيمتك. اعمل على تقوية نفسك بأن تشكل لها أسلوب حياة به مساحة من الحرية التى تحتاج إليها لتكون حرًا ومستقلًا، ولا تكبت خوفك عندما يثور، بل استشعره ثم تحرر منه. سجل أحلامك اليومية فالأحلام رسائل قوية. واقبل أساليبك غير المباشرة فى الحياة، واهتم بالجانب الروحانى والحسى لديك.. امنح ذاتك فسحًا منتظمة من الوقت لتهيم، وتتأمل، وتغوص فى ذاتك.. فى البحور الثرية لروحك المائية. عندما تفيض طاقة حياتك المائية، فستتزن حياتك، وستكتشف لديك قدرات وإمكانات لم يسبق لك أن حلمت بها.





الفصل ٧

العنصر الخشبى ـ الفعل

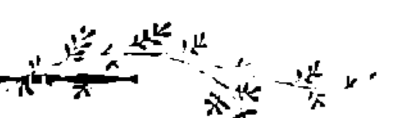


فى هذا الفصل سنشرح المميزات الرئيسية للعنصر الخشبى، ونتعرف على كيفية تحديد شخصية صاحبه، وقبل أن نبدأ، دعونى أقدم لكم لمحة سريعة عن أهم خصائص العنصر الخشبى:

- **الطاقة :** حركتها صاعدة، ومندفعة، ونشطة، وتمثل الصباح والربيع والطفولة.

- **السمات:** متفائل، متحمس، نشيط، محب للخيرية، واثق من نفسه، غضوب، سريع الإحباط، اعتباطى السلوك، يقوم تصرفه على رد الفعل، مباشر، فطن، عملى، منطقى، منظم، حاسم، يميل لإصدار الأحكام على غيره، فضولى، شغوف بالتعلم، تنافسى، مندفع، متجه نحو هدفه، متمرد، ملتزم.

- **الملامح الرئيسية :** عظمتا الحاجبين، الحاجبان، الصدغان، الفك.



- **أعضاء الجسم:** الكبد، المرارة.

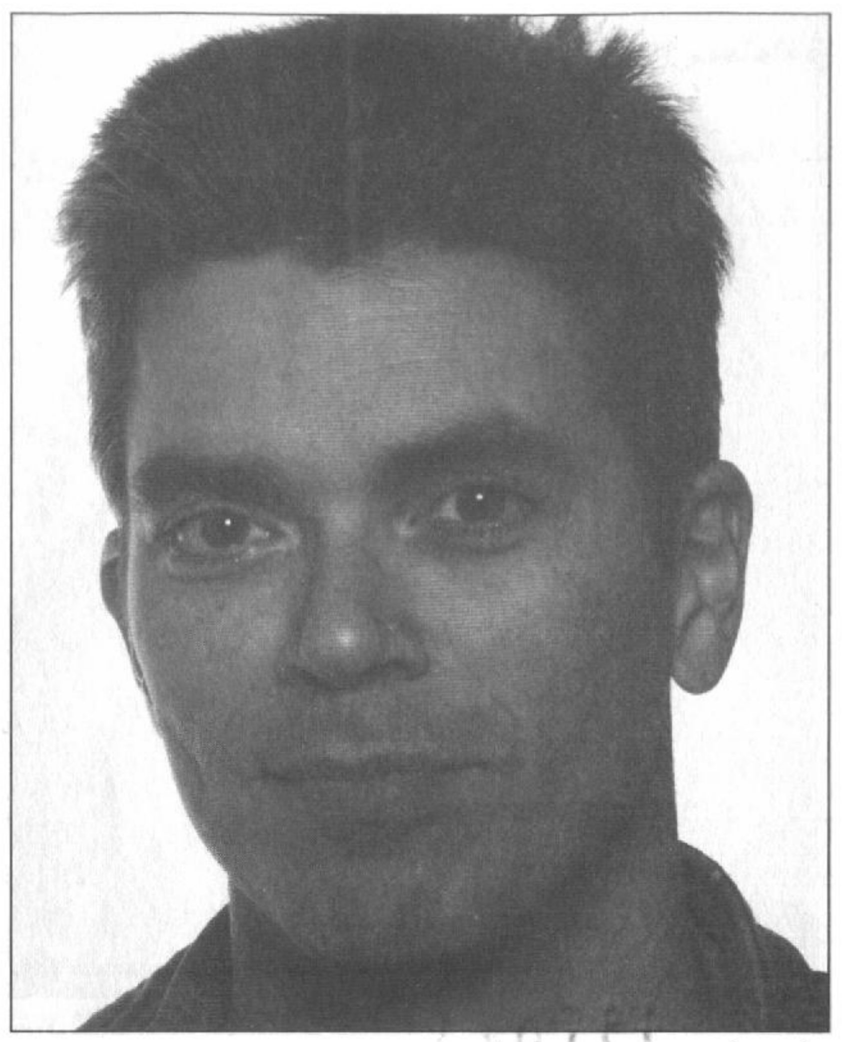
- **عضو الإحساس:** العينان.

ما تبحث عنه

ليس من الضرورى أن يكون لديك كل الملامح التالية ليلعب العنصر الخشبى دورًا فعالًا فى حياتك؛ فأى منها سيوضح أنه عامل مهم فى تكوين شخصيتك، وكلما زاد ما لديك من هذه الملامح، زادت كثافة العنصر الخشبى وحضوره فى شخصيتك.

- حاجبان قويان وكثيفان.
- عظمة حاجب ناتئة.
- صدغان غائران.
- فك بارز واضح المعالم.
- جسم طويل ونحيف – أو قصير وقوى البنية.
- بشرة مائلة للون الخمرى الخفيف.

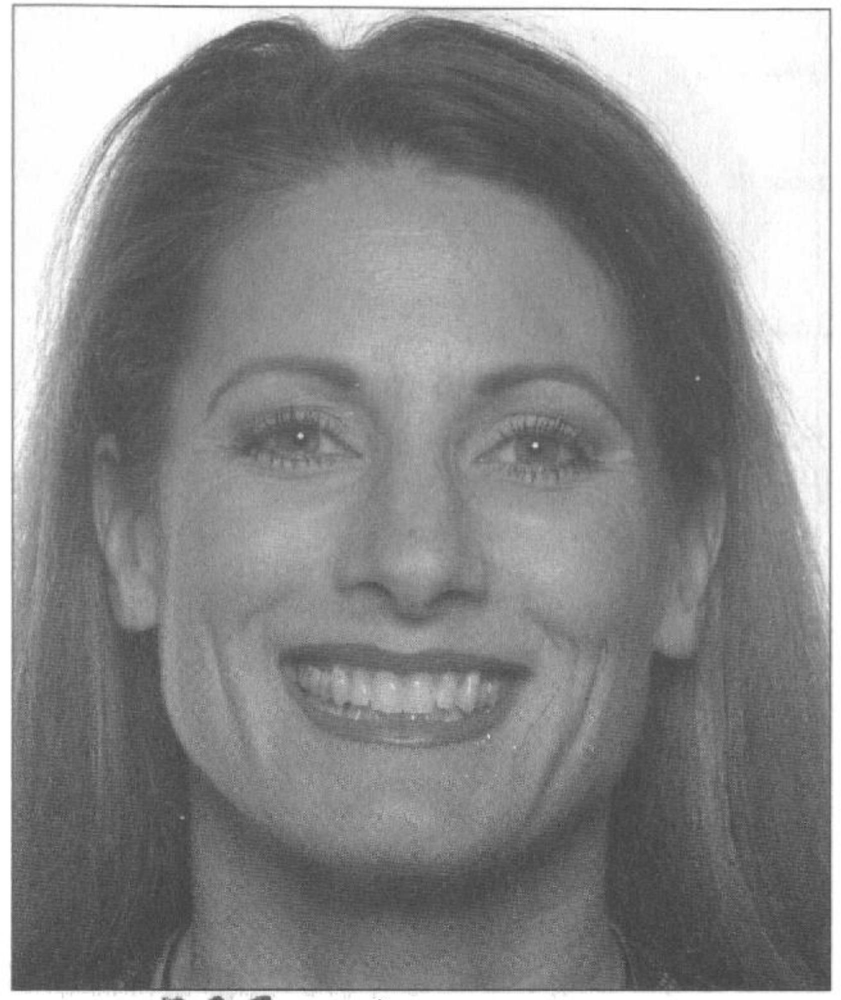




الشكل ٤٠، وجه ينتمى للعنصر الخشبى

كيف تعرف أن العنصر الخشبى مكون غالب فى شخصيتك؟ انظر إلى أهم وأقوى ملامحك حضورًا – ما أبرز ملامح وجهك؟ ربما لا تتوافر لديك جميع أو – حتى – الكثير من الملامح التى ذكرناها، ومع ذلك إذا كان من أبرز ملامحك الفك البارز، أو الحاجبان الكثيفان؛ فإن طاقة العنصر الخشبى من مكونات شخصيتك. وكلما زادت هذه الملامح لديك زادت لديك خصائص العنصر الخشبى.





الشكل ١٤: وجه ينتمى للعنصر الخشبى

يتميز العنصر الخشبى عن سائر العناصر الأخرى بأن المنتمين إليه ينقسمون إلى نوعين من ناحية بنية أجسامهم؛ فالشخص المنتمى للعنصر الخشبى بالكامل إما أن يكون طويلًا فارعًا ممشوق القوام كلاعبى كرة السلة، أو قصيرًا مكتنزًا قويًا كرافعى الأثقال. بمعنى آخر، إما أن يكون "شجرة"، أو "شجيرة"! وحاجبا المنتمى لهذا العنصر كثيفان وفكه واضح المعالم، وقد تكون عضلاته قوية وجسمه مشدودًا بشكل تلقائى، حتى عندما يكون مسترخيًا، ويغلب عليه أن يضم كفيه فى صورة قبضة الملاكم. وتميل بشرته إلى اللون الخمرى الفاتح ويكون صدغاه مجوفين. إذا كانت كل هذه الصفات لديك مع ندرتها عند باقى الناس فمن المؤكد أنك شخص خشبى صميم!

ومن مشاهير من ينتمون للعنصر الخشبى: "هيلارى سوانك"، و"براد بيت"، و"كاتى كوريك"، و"أرنولد شوارزينجر"، و"ماريا شرايفر"، و"توم كروز".

طاقة وقوة العنصر الخشبى

طاقة هذا العنصر قوية نشطة.. إنها طفل صغير يركض ويصرخ.. الطاقة الهائلة التى تدفع الأشجار بقوة لأعلى.. إنها التفاؤل الذى تبعثه إشراقة يوم جديد.

تعمل قوة الخشب على تحويل الطاقة إلى مادة؛ حيث تأخذ الطاقة غير الواضحة للماء وتجعلها تجلى فى هذا العالم فى صورة بدايات جديدة، ونمو. وهذا العنصر يشبه الانتقال الذى يحدثه الجنين من مجرد وجود فى رحم أمه إلى وجود مولود مستقل فى العالم.. إنه إثبات التفرد؛ أى العملية التى يستطيع الفرد من خلالها التعبير عن تفرد روحه. والعنصر الخشبى أيضًا يحدد معالم الأشياء، ويركز على الأفكار ويخطط لها، ويبنى هياكلها، ويضعها موضع التنفيذ العملى.

ومثل كل صورة جديدة للحياة، فإن طاقة العنصر الخشبى تتميز بالحماس، والاهتمام بكل شىء؛ فهى حماس وحيوية الطفل الذى يستقبل على الحياة بكل فضول واهتمام.. إنها الروح المتجددة تتحول فى كل لحظة إلى شىء جديد. وهناك أيضًا نوع من التوتر مثل ذلك الذى تراه على أجسام الأطفال – منتبهة ويقظة جدًا فى هذا العالم الجديد المثير الذى تتميز كل عضلة فيه بالحيوية والانتباه. والوضع المثالى هنا هو أن نوازن هذا التوتر بقدر من المرونة حتى يتحقق النمو. ومثلما تضرب الشجرة بجذورها فى أعماق الأرض بينما تتمايل فروعها مع النسيم، يمكنك أن تتمسك بآرائك بقوة ولكن عليك إجراء التعديلات اللازمة عندما تضطرك الظروف إلى ذلك.

تقوم طاقة العنصر الخشبى على *الفعل* ووضع الأفكار الإبداعية موضع التنفيذ؛ فإذا كنت شخصًا ينتمى للعنصر الخشبى، فمن المؤكد أنك تمتلك هذه الحيوية، وهذه الرغبة فى التقدم بكل ذرة من خلايا جسمك.

شخصية العنصر الخشبى

أفضل توضيح لطاقة هذا العنصر هو تشبيهها بالقوة التى تمكن البذرة من اختراق الأرض لتشق طريقها للخارج فى فصل الربيع، أو بالقوة التى تدفع الطفل

عبر قناة الولادة، أو بقوة الدافع للوصول إلى الهدف. إنها القوة التى تساعدنا على الخروج للعالم، وتحقيق أنفسنا فيه. وبينما تتصف الشخصية المائية بالإصرار والمثابرة، فإن الشخصية الخشبية تتصف بالتركيز والحدة فى اندفاعها نحو الهدف متخطية جميع العقبات.

إذا كنت تنتمى للعنصر الخشبى، فإن أعظم قواك هى التفاؤل، والحماس، والرغبة فى اقتحام العالم وتغييره للأفضل، وربما كنت ذا نزعة إنسانية فتناضل من أجل قضية محطمًا فى سبيل ذلك كل التقاليد الجامدة لِتُحِلَّ الجديد محلها، أو قد تكون ذا شخصية ريادية تطرح الأفكار الجديدة دائمًا وتتحمس لها، ولديك شغف بتعلم كل جديد، والأهم من كل شىء أنك تصب اهتمامك على *الفعل* وتحب النشاط سواء من خلال الرياضة، أو العمل، أو الحركة من أى نوع، وليس الحركة البدنية فقط بل والعقلية أيضًا؛ حيث يشغل عقلك الكثير من الاهتمامات، والأفكار الجديدة.

كان أحد حاضرى ورش العمل التى أعقدها ذا وجه ينتمى للعنصر الخشبى بشكل كبير، وكان ذهاب ذلك الرجل إلى عمله يتطلب منه رحلة يومية تستغرق منه تسعين دقيقة، وكذلك عودته منه، لكنه لم يكن يشعر بالضجر من قضائه كل هذا الوقت فى سيارته؛ لأنه كان يحرص على أن يضع تحت مقعد سيارته مجموعة من الدمبلز الخاصة ببناء الأجسام بأوزان مختلفة، وكان يقود السيارة بإحدى يديه ويمارس التمارين باليد الأخرى!

الحقيقة أنه إذا لم يتمكن المنتمون للعنصر الخشبى من مزاولة أى نشاط فإنهم يصابون بالإحباط، وهذا نوع شائع من عدم التوازن لديهم، وهو يعود إلى وجود هياج متجه للداخل لديهم؛ حيث إن أهم ما يمثل مشكلة لأصحاب الشخصية الخشبية هو توجيههم غضبهم تجاه أنفسهم أو الآخرين. وفى حين يميل العنصر المائى للاستغراق فى انفعال الخوف، فالتحدى الذى يواجه العنصر الخشبى هو انفعال الغضب أو الإحباط . إذا كنت شخصًا خشبيًا فقد أصابك الإحباط كثيرًا عندما تعرضت للضغوط لدرجة تصل بك إلى حد نوبات الضجر، بل والهيجان — أو ربما جاء رد فعلك فى صورة تهور واتخاذ قرارات مفاجئة.

وإذا وقع العنصر الخشبى تحت ضغط، فإنه ينبغى عليه أن يروح عن نفسه، والشخص الخشبى المتزن سيتخذ قرارًا متوازنًا لذلك الترويح عن النفس؛ كأن يعمل بالأدوات، أو يمشط حديقة منزله، أو يمارس العدو. إذا خرجت طاقة

العنصر الخشبى عن نطاق التوازن؛ فقد تجد نفسك تصرخ فى وجه شريكك، أو تهتاج فى اجتماع لتنفس عنها.

إذا تتبعنا كيفية تعامل العنصرين الأولين – المائى والخشبى – مع الحياة يمكننا استنتاج نوعية المشاكل التى قد تنجم عن محاولة شخصين من عنصرين مختلفين التعايش معًا مع اختلاف طاقتيهما. ذات مرة كنت أقدم استشارة لأبوين كانا قلقين جدًا على ابنتيهما. وكان الأبوان ينتميان للعنصر الخشبى بوضوح؛ حيث كانا يستيقظان من نومهما فى السادسة من صبيحة يوم العطلة الأسبوعية مستعدين لرحلة صعود الجبال، ولكنهما كانا يحبطان لعدم استطاعتهما إخراج ابنتيهما من فراشها، دع عنك أن يخرجاها لتلك الرحلة الصباحية القوية. وفى النهاية كانا يضطران إلى تركها فى المنزل والخروج للاستمتاع برحلة الصباح الرائعة. وبما أن هذه الفتاة تنتمى للعنصر المائى فإن متعتها الحقيقية هى التثاقل فى فراشها لتتابع حالة نصف الحلم ما بين النوم واليقظة لأطول فترة ممكنة. وكان أكثر ما تفضله الفتاة هو القراءة أو الرسم وهى مستلقية فى فراشها دون أن تحاول التعامل مع العالم الخارجى. وحتى بعد أن تنهض من فراشها كانت تسير ببطء متأملة ولا تسير سريعًا تهدف لشىء.

لدينا هنا فتاة كان والداها يصدران أحكامهما عليها، وكانت تتشرب معلومات بأن شيئًا خطأ بها، وهذا هو ما يحدث للكثيرين منا فى بداية حياتهم؛ حيث يتم الحكم عليهم من خلال شخصيات ذويهم. ولقد أسعدتنى رؤية وجه هذين الوالدين يتهللان بعد فهمهما للشخصية الخشبية والشخصية المائية، فاختفت نبرة اللوم وتغير موقفهما تجاه ابنتهما، وفى النهاية استطاعا إيجاد طرق لمساعدتها على تطوير طبيعة شخصيتها المائية. يا لها من هدية تهديها قراءة الوجه للأبوين!

إذا كنت خشبى العنصر، فستجد الشعور بالرضا فى العمل وأنواع الرياضات؛ لأنك تحب المنافسة وتبحث عن التحديات. يتمتع أغلب المحامين بالكثير من مكونات العنصر الخشبى فى شخصياتهم، وهو ما يتجلى فى قدرتهم على النقاش. قال لى أحد أصدقائى ذات مرة إن هؤلاء الناس يحبون الجدال، ولكنهم يسمون ذلك "نقاشًا"! إذا لاحظت أن الشجار يزيد طاقتك، فهذا يعنى أن لديك شيئًا من هذا العنصر، أما إذا كان الشجار يضايقك وينهك طاقتك، فهذا يعنى أن العنصر الخشبى لا يتوافر بالقدر الكافى فى شخصيتك.

وإذا لم يكن صاحب الشخصية التى يغلب عليها العنصر الخشبى يعمل بمهنة تنافسية، فمن المؤكد أنه يحاول تعويض هذا من خلال خروجه للطبيعة، أو عمله بالأدوات. وإذا لم تكن مهنته تتوافق مع شخصيته الخشبية، فينبغى أن يمارس فى وقت فراغه أى نشاط ليشبع دافع هذا العنصر؛ فهو ليس ممن يتلكئون فى الاستيقاظ من نومهم فى يوم إجازتهم الأسبوعية؛ لأنه إما يحاول أن ينجز عملاً قبل موعده، أو يخرج لنزهة تسلق الجبال؛ فهو محب للشعور بالمخاطرة والمواقف المثيرة.

ومع ذلك فالشخصية الخشبية عملية وحساسة ومقدرة للتنظيم؛ حيث تكره السخف والعبث بالأشياء فتراهم يتحررون من النقود الصغيرة بجيوبهم فور عودتهم من العمل إلى المنزل، وليسوا ممن يحرصون على تجميع بطاقات الدعاية والعوض بالخصومات فى أثناء وجودهم بالمتاجر. إنهم يحبون إقامة الأنظمة والهياكل الإدارية، ويستمتعون بتنظيم المشاريع والتخطيط لها، ويتميزون بالصراحة والوضوح سواء فى العمل أو الحديث، بل إنهم أحيانًا ما يحدقون مباشرة فيمن يحدثونه وبتركيز كبير؛ مما قد يسبب له بعض الضيق له، وإذا ما راوغ من يحدثونه فى حديثه معهم، فإنهم يخرجون عن مشاعرهم وينفد صبرهم وقد لا يستطيعون عدم إظهار تبرمهم وفى النهاية يقاطعونه ليطلبوا منه التحدث المباشر الصريح.

ومثلما يقترن العنصر الخشبى بظهور بادرات النباتات فى الربيع، فمن أعظم قدرات العنصر الخشبى قدرته على توليد أفكار جديدة لتحقيق أهداف معينة، وتأسيس خطة محكمة لتنفيذ هذه الأفكار على أرض الواقع. ولكن، على الرغم من قدرة الشخصية الخشبية على ابتكار أفكار جديدة ووضع أنظمة لتنفيذها، إلا أنها تفتقر للقدرة على متابعة هذه الأفكار حتى يحقق النجاح المطلوب؛ لذلك فمن الأفضل أن تعمل بالتعاون مع شخص يهتم بمتابعة تنفيذ أفكارك الكبيرة. ومثل جميع الناس؛ فالمنتمى للعنصر الخشبى لابد له من الحصول على الدعم والتشجيع اللازمين ليواصل بذل جهوده، ولا ينبغى أن يجبر على شىء لا يتوافق مع طبيعته.

وصاحب العنصر الخشبى لديه القدرة على التكيف، وليس حساسًا للغاية. وهذه صفة جيدة تساعده على إنجاز العمل المكلف به دون أن يستغرق وقتًا طويلًا فى التعامل مع مشاعره كما يفعل العنصر المائى. إن الكلمات التى تجرح الشخص

المائى قد لا يلقى لها بالًا ولا تؤثر فيه؛ ولأن طبيعة العنصر الخشبى تحب المباشرة والصراحة؛ فقد يظنه الآخرون فظًا أو عديم اللياقة، بل أحيانًا ما يعتبرونه عديم الشعور دون أن يدرك هو ذلك. وتكون النتيجة السلبية لذلك أن يصدر ردود أفعال قوية تجاه ما يبديه الآخرون من جرح لمشاعرهم، وسرعان ما ينتهى الحال إلى شجار - وهو قد يبدو مناسبًا لشخصيتك!

نمط حياة العنصر الخشبى

— **الملبس:** يقدر من ينتمى للعنصر الخشبى المنطق، والذوق السليم، والحركة دون عوائق؛ لذلك يعكس اختياره للملابس هذه الاحتياجات؛ ومن هنا يغلب على ملابسه الملابس الرياضية وملابس الخروج العادية من القطن ذى الألوان الكاكى والخضراء. والأهم من كل شىء أنه لا يحب تقييد حركته؛ لذلك فملابسه المفضلة هى التى تمنحه حرية الحركة. المرأة التى تنتمى للعنصر الخشبى لن ترتدى قوسًا أو رباطًا أو غير ذلك من الأدوات للم شعرها، وتملأ خزانة ملابسها بالأحذية الرياضية وأحذية تسلق الجبال وما شابهها من الأحذية المريحة، وتتجنب الأحذية ذات الكعب العالى قدر الإمكان، وإذا اضطررت إلى ارتداء هذه الأحذية، فلن ترتدى ذات الكعب العالى والمدبب منها، بل ترتدى ذات الكعب المنخفض والمسطحة.

وتصفيفة الشعر سواء لرجال العنصر الخشبى أو نسائه بسيطة حتى يسهل العناية بها لأنهم يكرهون الارتباك، ولا يواظبون على الذهاب لمصفف الشعر، والغالب عليهم أن يكون شعرهم قصيرًا يسهل الاعتناء به، أو طويلًا معقودًا للخلف.

— **المنزل:** منازل هذا العنصر غالبًا ما تكون ديكوراتها بسيطة وجادة، أما أثاث المنزل فستكون من نوعية أزياء رالف لورين، وسيوحى جو البيت بأكواخ الصيد أو الأكواخ الخشبية الريفية. وسيوجد أيضًا الخشب - كمادة - فى كل مكان حيث يستخدم فى معظم الأثاثات، وكسوة الحوائط، أو خزانات الكتب القائمة التى توحى بشكل الأشجار. وربما اشتمل المنزل أيضًا على نباتات (ما دامت لا تحتاج لعناية كبيرة)، أو صور لأشجار، وسيغلب على التحف الفنية

بالمنزل أن تتعلق بالطبيعة وليس بالأمور المجردة. ونظرًا لحب أصحاب هذا العنصر للنظام، فسيرتبون الكتب فى مكتباتهم ألفبائيًا، ويكتبون إقراراتهم الضريبية بشكل منطقى. وليس من المتوقع وجود الكثير من الفوضى فى منازل أصحاب العنصر الخشبى، بل الحقيقة أنك إذا كنت تريد الاستعانة بمستشار يعينك على تنسيق منزلك فإننى أرشح لك شخصًا من هذا العنصر.

— **الحركة :** كل الرياضات تقريبًا مفيدة لهذا العنصر؛ لأنه بحاجة إلى أن يظل نشيطًا؛ لذلك عليك إذا كنت تنتمى لهذا العنصر أن تمارس أية رياضة مثل الجرى، وركوب الدراجات بالجبال، وإقامة المعسكرات، وتمارين القوى ؛ فكل الرياضات التنافسية والجماعية تدعم شخصية العنصر الخشبى. وإذا ما انخفضت طاقتك؛ فإن أفضل مكان لاستعادتها هو الطبيعة؛ حيث سيفيدك بعض المشى الخفيف بين الأشجار أكثر مما تفيدك إغفاءة قصيرة.

— **العمل:** لأن العنصر الخشبى يحب المنطق والنقاش الجيد؛ فإن أكثر المجالات التى تستهويه هى المحاماة. هذه المهنة تمنحه الفرصة للتحاور والجدل، وأيضًا تشبع حاجته إلى تغيير العالم للأفضل. وهذه الرغبة تؤهله جيدًا للنجاح فى السياسية والعمل الاجتماعى أيضًا، وكذلك تدفعه للعمل فى الأنشطة الخيرية والإنسانية وتكريس ماله ووقته وجهده لنشر الخير فى العالم.

إن الحب الشديد لمن ينتمى للعنصر الخشبى للمنافسة والدافعية، وتقديره للنظام سيساعده على التفوق فى عالم الأعمال، والاحتراف فى الرياضة، أو العمل الشرطى. والعمل اليدوى بالآلات والأدوات والأخشاب والبناء أيضًا موضع قوة هائل للعنصر الخشبى؛ لذلك فإن حرفة مثل النجارة أو المعمار من الحرف التى يتفوق فيها بالإضافة إلى المهن الأخرى التى تتطلب نظامًا وترتيبًا مثل الهندسة المعمارية، وتخطيط المدن، وتصميم المناظر الطبيعية لأنها مهن تدعم الخشب. والحقيقة فإن أى عمل يمكن ممارسته خارج المنزل سيدعم طاقتك. وبفضل حب العنصر الخشبى للتعلم؛ فإنه سيحقق النجاح فى أى عمل جديد؛ لأنه يعتبر نفسه طالب علم على مدار حياته.

ربما لاحظت على نفسك أو على أحد أصدقائك هذه الصفات، وهذا من شأنه أن يمنحك أفكارًا لفهم نفسك وفهم الآخرين، لكنك قد تلاحظ أنه على الرغم من وجود بعض ملامح العنصر الخشبى، إلا أنها ليست جميعًا لديك أنت أو صديقك. تذكر أنه على الرغم من أننا جميعًا لدينا جزء من كل عنصر من العناصر الخمسة فى شخصياتنا؛ فإنه غالبًا ما يكون الحضور والتركيز لعنصر أو لعنصرين منها، بل إن بعض الناس قد يكون لديهم أربعة عناصر تتضح بقوة فى وجوههم، ويكون القصور عندهم فى عنصر واحد فقط. لذلك؛ فإنك بمواصلة القراءة فى هذا الكتاب ستستطيع تحديد نوع ثانٍ، أو ثالث، أو - حتى - رابع يساعدك على فهم شخصيتك بصورة متكاملة.

أما إن لم تكن ممن يمتلكون ملامح العنصر الخشبى - أصلًا - فهذا لا يعنى أنك بدون فك، أو حاجبين، أو صدغين! فى الفصل التالى سنتناول كل ملمح من هذه الملامح بالشرح، ونعرف التفاصيل التى قد يمنحها لنا عن مدى تغلغل هذا العنصر فى قلب شخصيتك.





الفصل ٨

قراءة ملامح العنصر الخشبى



كما ذكرت من قبل، فإن كل عنصر يرتبط بمجموعة محددة من الملامح بالإضافة إلى منحه الوجه بكامله مظهرًا خاصًا يميزه. وفى هذا الفصل سنتعرف على العنصر الخشبى بصورة أكثر عمقًا؛ وذلك من خلال أجزاء الجسم التى يرتبط بها.

الحاجبان

أهم الملامح التى ترتبط بهذا العنصر هما الحاجبان؛ فإذا كان حاجباك كثيفين، أو بارزين، أو طويلين؛ فلديك طاقة قوية من العنصر الخشبى، وتكمن لديك قدرات الدافعية، والثقة بالنفس، والطموح – بالإضافة إلى قلة الصبر، والإحباط، والغضب. لكن هذا لا يعنى أن تميزك بجميع هذه الصفات يجعلك شخصًا سريع الغضب! إن بعض من يتميزون بهذا الملمح نادرًا ما يسهل استشارتهم؛ وهذا غالبًا ما يكون نتيجة لشعورهم بالثقة التامة فى قدراتهم، وأنهم لا يحتاجون إلى أن ينساقوا وراء مثل هذا الانفعال.

لكن – وبشكل عام – إذا كنت من ذوى الحواجب الكثيفة؛ فإنك شخص تغلب عليك تلك التوجهات.. قد لا يستغرقك الغضب تمامًا، ومع ذلك من السهل أن

تصاب بالإحباط، أو الاندفاع، أو سرعة رد الفعل عندما تقع تحت ضغوط. وربما أنك تحب أيضًا خوض غمار التجارب، ولا تستطيع تمالك نفسك فى إزاحة من يقف عقبة فى طريق تحقيق أهدافك.

وكلما كان حاجباك أكثر بروزًا ووضوحًا، زادت ثقتك فى نفسك ورغبتك فى أن تكون فى المناصب القيادية؛ وهذه قد تكون قدرة فى غاية الإيجابية؛ لأنك تستطيع القيادة حتى فى المواقف العصيبة. ومع ذلك، فإن زيادة كثافة الحاجبين قد تدل على نزوعك للسيطرة مما يؤثر سلبًا على علاقاتك. أما الحاجبان الكثيفان الموصولان من الوسط – واللذان يسميان أحيانًا "الحاجب الأحادى" – فإنهما يعبران عن قوة طاقة العنصر الخشبى. لذلك يجب على ذوى الحواجب المتصلة أن يعملوا بكل جد ليسيطروا على غضبهم، وهذه الحالة من الحالات القلائل التى أوصى فيها بنتف الحاجبين؛ لأنهما بهذا المنظر قد يثيران خوف الآخرين بشكل لاشعورى.

ويوضح الحاجبان أيضًا صحة الكبد؛ وهو العضو الذى يعالج السموم فى الجسم؛ فالحاجبان البارزتان تدلان على قوة طاقة الكبد؛ وبالتالى قدرته على التعامل الناجح مع المواد السامة مثل الكحول، وعلى التغلب على الانفعالات الشديدة مثل الغضب.

وبالنسبة للمرأة فإن الحاجبين الكثيفين قد يكدرانها لأنهما يخالفان مقاييس الجمال؛ لذلك تنتفهما الكثير من النساء ليصبحا فى بعض الأحيان نحيفين للغاية. ومن الطريف أن الحاجبين الكثيفين علامة على الإقدام، والثقة بالنفس، والعدوانية، والغضب – وكلها صفات "ذكورية" فى ثقافة هذا العصر؛ لذلك يبدو أن النساء يرسلن رسالة إلى الرجال يقلن فيها: "اطمئنوا فإننا لا نمثل تهديدًا لكم"!

بما أن الحواجب الكثيفة ترتبط ارتباطًا مباشرًا بمدى الثبات والثقة بالنفس؛ فإننى أنصح السيدات – بغض النظر عن العنصر الذى ينتمين إليه – ألا يَجُرْنَ فى نتف حواجبهن حتى يحافظن على طاقتهن. ومع ذلك، فهذا ما فعلته الكثيرات من عميلاتى على مدار فترات طويلة؛ ولهذا لم يعد شعر حواجبهن ينمو. فى مثل هذه الحالة أجد أن ضعف الثقة فى النفس مشكلة حقيقية لديهن، وإذا كانت هذه حالك، فإننى أنصحكِ باستخدام أدوات التجميل لتساعدك على رسم حاجبيك مرة أخرى؛ لأن أى تغيير فى ملامح الوجه يؤثر على الانفعالات، ولكن الأهم من

ذلك – فى رأيى – أن تعملى بصورة واعية على زيادة شعورك بالثقة والثبات. والمثير أنه عندما تبدأ إحداهن فى تنمية ثقتها بنفسها يبدأ حاجباها ينموان من جديد بكثافة!

إن من ينتفن حواجبهن ليجعلنها خطًا نحيلًا أو يزلنها بالكامل ليستبدلن بها حواجب نحيلة مرسومة باستدارة يعانين من مشكلة كبرى فى انفعال الغضب؛ حيث قد يحاولن أن يخفين لاشعوريًا – حتى على أنفسهن – الإحساس بمدى ما يشعرن به من غضب، ويعشن فى حالة من التظاهر بغير ما يشعرن به حقًا. إن طاقة العنصر الخشبى لديهن مكبوتة وهو ما يظهر على حواجبهن.

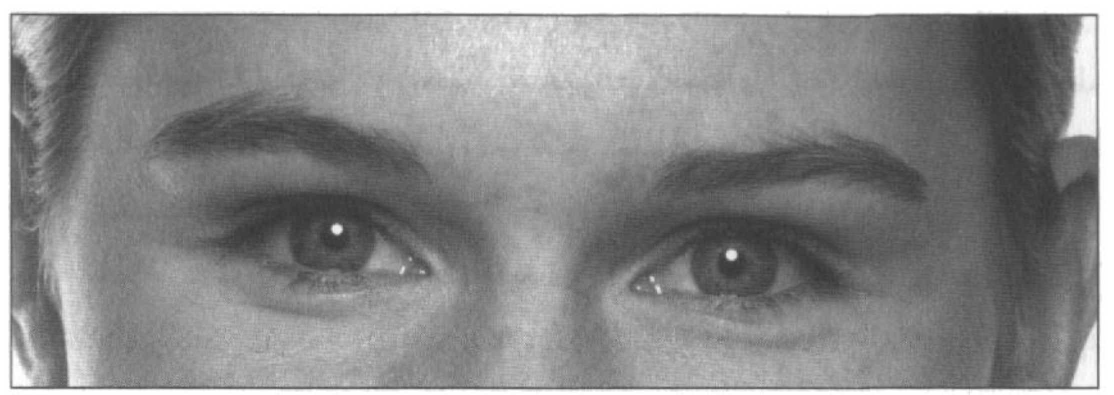
والحواجب الطويلة علامة إضافية على طاقة العنصر الخشبى، وغالبًا ما تعنى القدرة على تكوين صداقات كثيرة (الشكل٤٢). ونعاود التأكيد هنا على توظيف القدرة على التعامل مع "المعلومات السامة"؛ حيث إن صاحب هذين الحاجبين يستطيع التعامل مع أصدقاء ذوى شخصيات مختلفة أسهل من تعامل شخص ليس لديه مثل هذين الحاجبين وما يصاحبهما من حيوية.

وإنه من المؤكد أن ذوى الحواجب القصيرة أيضًا لديهم أصدقاء! ومع ذلك، فيبدو أنهم سيبدون عدم الاستعداد للخوض فى تفاصيل الحياة الشخصية لأصدقائهم، أو التعمق فى صداقاتهم معهم ما لم يكن لديهم عنصر آخر فى وجوههم يعدل أثر ذلك الملمح. وعلى كل حال، فإذا كان حاجباك قصيرين، فستفضل الاعتماد على نفسك وعدم طلب المساعدة من الآخرين؛ لأن ذلك سيضطرك إلى أن تكافئهم بالمثل وأن تلبى ما يطلبونه منك فى أى وقت شاءوا فى حين أنك تشعر بالضيق حين تجد نفسك مضطرًا للتوافق مع مشاكل الآخرين.



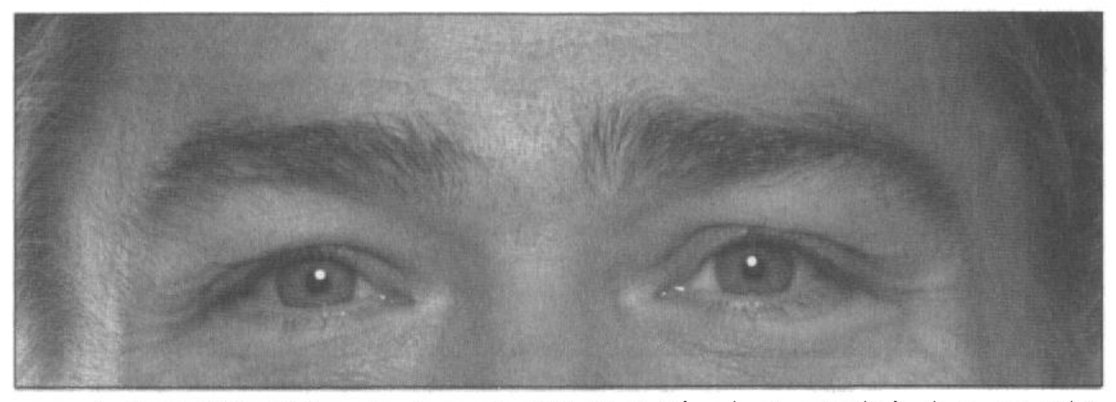
الشكل٤٢: الحاجبان الطويلان يدلان على القدرة على التعامل مع العديد من الأصدقاء.

إن درجة التقارب بين الحاجبين توضح مدى جودة تعاملك مع الآخرين؛ فإذا كانا متباعدين (الشكل٤٣)، فهذا يعنى أنك تجيد التعامل مع قطاع عريض من الشخصيات؛ ولهذا تستطيع تحقيق النجاح فى العمل مع فرق العمل، وعالم الشركات الكبرى.



الشكل٤٣: الحاجبان اللذان بينهما مسافة واسعة يدلان على القدرة على التعامل مع قطاع عريض من الشخصيات.

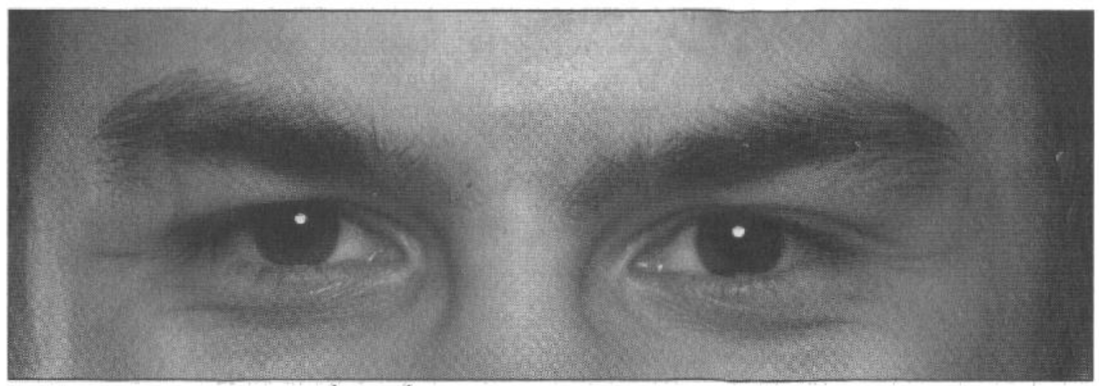
وإذا كان حاجباك قريبين من بعضهما (الشكل٤٤)، فهذا يعنى أنك لن تشعر بالراحة فى جو المنظمات؛ لأنك ستجد نفسك مضطرًا للتعامل مع العديد من الشخصيات المختلفة. وحتى فى حالة وجود مشرف ينظم عملية التعامل؛ فإن هذا سيسبب لك الكثير من الضيق لأنك ستشعر بأنك خاضع لسلطات رئيس؛ لذلك فمن الأفضل أن تجد موقعًا يتيح لك الاستقلال والخصوصية، أو أن تبدأ عملًا خاصًا تعمل فيه لحسابك الشخصى.



الشكل٤٤: الحاجبان اللذان بينهما مسافة ضيقة يدلان على حاجة صاحبهما للاستقلال فى العمل.

وثمة معلومة أخرى يمكن استقاؤها من النهايات الداخلية للحواجب؛ وهى مدى تشدد المرء فى حكمه على نفسه. إذا كانت نهاية الحاجبين من الداخل قريبة من العينين (الشكل٤٥) فإن صاحبهما دائمًا ما يضع لنفسه معايير عالية فيما يختص بأهدافه، ويكاد يجلدها إذا توانت أو قصرت عن تحقيقها.

أما إذا كانت النهايات الداخلية لحاجبيك أعلى من أطرافها الخارجية، فإن العكس هو الصحيح؛ أى إنك تنتقد الآخرين أكثر من انتقادك لنفسك. كان حاجبا السيناتور "جوزيف مكارثى" – الذى أثار الرأى العام ضد الشيوعيين وأطلق حملة لمطاردتهم والتضيق عليهم فى خمسينات القرن الماضى – بهذا الشكل. وعلى الرغم من أنه كان بالقطع نموذجًا متطرفًا لهذا النوع من الشخصيات، والتى يتكرر ظهورها فى حياتنا اليومية وإن كان بصورة أقل تطرفًا!



الشكل٤٥: النهايات الداخلية للحاجبين فى هذه الصورة تظهر ميلًا شديدًا لانتقاد الذات.

وإذا كان حاجباك منخفضين وقريبين من عينيك بشكل عام (الشكل٤٦)، فهذا يعنى أن لديك آمالاً سامية تفيدك وتفيد الآخرين، وقد تجد صعوبة فى الفصل بين شعورك الخاص بالقيمة وبين مستوى أداء الآخرين، وتشبه المدربين الرياضيين الذين لا يشغل بالهم سوى فوز "فريقهم" – بأى معنى للكلمة – أو خسارته.

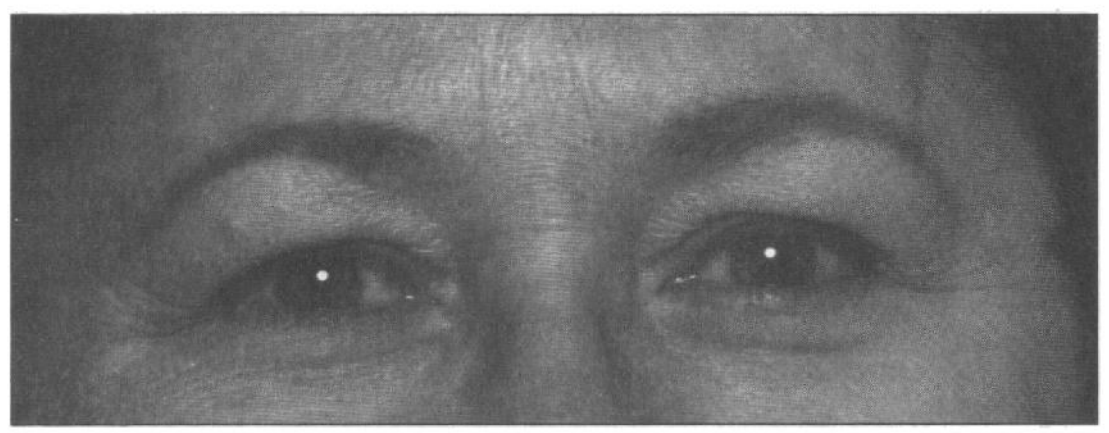


الشكل٤٦: الحاجبان القريبان من العينين يعكسان مدى الاهتمام بالآخرين.



وعلى الرغم من أن هذا قد يسبب لك التعرض لكثير من المآزق، إلا أنه له جانبه الإيجابى؛ فالمؤلف "واين داير" يبدو مثالًا جيدًا للشخص الذى نجح فى تحقيق الجوانب الإيجابية لهذه الصفة. ذات مرة كنت جالسة لتناول الغداء مع زميل لى، وكنت أشرح له أن "واين داير" لديه هذا النوع من الحواجب، فقال لى إنه عرف "واين" عن قرب، ولمس أن من أقوى صفاته فى مساعدته للآخرين أنه لم يتخل قط عن أى شخص لجأ إليه، وأنه إذا شرع فى مساعدة أحدهم فلا يتركه إلا بعد أن يصل به إلى حيث يريد. ومن هنا؛ فإن مثل هذه القدرة على الاهتمام بالآخرين من المزايا الهائلة للفرد.

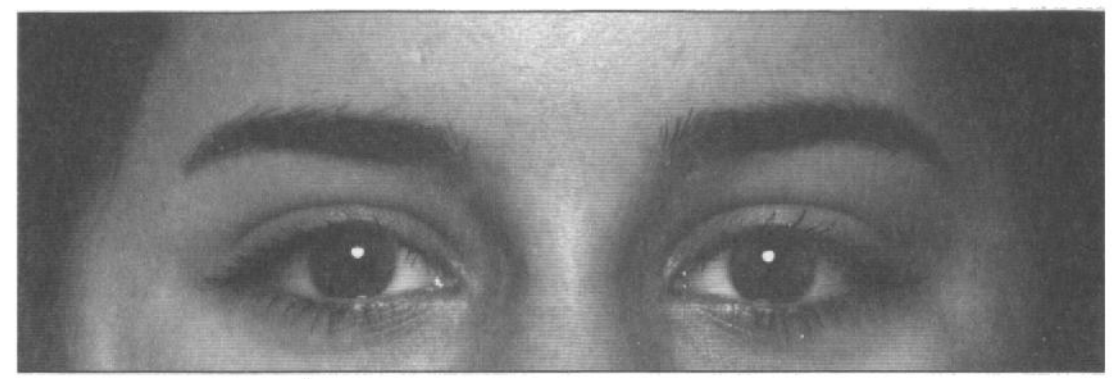
وشكل الحاجبين أيضًا يظهر العديد من المعلومات الأخرى؛ فالحاجبان المقوسان ينبئان عن شخص طيب، ومراعٍ لشعور الآخرين، ويرغب من المفاوضات فى تحقيق المصالح المتبادلة لكل المشاركين فيها (الشكل٤٧).



الشكل٤٧، الحاجبان المقوسان يدلان على طيبة الشخصية.

وإذا كان الحاجبان مقوسين بوضوح، فهذا يدل على أن الشخص يحب الاستمتاع بالملذات. فى الصين القديمة كانت بنات الهوى يحلقن حواجبهن تمامًا ثم يرسمنها قوسًا مبالغًا فيه ليعلن عن استعدادهن لإسعاد الرجال. والحقيقة أن هذا الملمح أيضًا من صفات المرأة المراوغة التى تخفى أغراضها الحقيقية وتحاول تنفيذ مآربها بصورة غير مباشرة. إذا كان حاجباك على شكل خط مستقيم ليس فيه أى انحناء (الشكل٤٨)، فهذا يعنى أنك تستغرق وقتًا طويلًا فى تقدير المواقف ولا تندفع فى ردود أفعالك، وأنك تقيم الأمور منطقيًا ولا تقرر شيئًا حتى تتدبر عواقبه جيدًا، وقد ينظر إليك الآخرون على أنك شكاك لا تصدق

كل ما يقال لك بسهولة. ومع ذلك، فعندما تتخذ قرارًا فإنك لا تبالى بالعقبات التى تقف فى طريقك.



الشكل٤٨: الحاجبان المستقيمان يدلان على القدرة على تقييم المواقف منطقيًا.

وإذا كان حاجباك مقوسين ولهما قمة من الوسط (الشكل٤٩)، فهذا يدل على أنك تحب الفعل، فأنت تتخذ قراراتك بسرعة، بل وبتعجل أحيانًا. وانفعالاتك أيضًا يغلب عليها الاندفاع مما يسبب لك الخسائر. فى هذه الحالة، يستحسن أن تصادق أناسًا يغلب على تفكيرهم الروية والتمهل لتستشيرهم قبل اتخاذ أية قرارات نهائية؛ فهم مكسب عظيم.



الشكل٤٩: الحاجبان المقوسان يدلان على سرعة الفعل.

وإذا كان حاجباك يرتفعان لأعلى بشكل مستقيم (الشكل٥٠)؛ فهذا يدل على دأبك. ربما كنت سريع الفعل، إلا أنك قد لا تستطيع تحمل تبعات سيطرة الانفعالات عليك. فى هذه الحالة سيفيدك أن تستعين بصديق موثوق فيه ورزين وعملى ليساعدك على التصرف بروية.



الشكل ٥٠ : الحاجبان المرتفعان لأعلى بشكل مستقيم يدلان على الطيش ورد الفعل الفورى.

وكتذكير، أقول: ليس من الصحيح أن تصدر حكمًا على شخص استنادًا إلى قراءتك لملمح واحد فقط من ملامح وجهه. صحيح أن كل جزء من أجزاء الوجه التى نتكلم عنها يمثل عنصرًا مهمًا من عناصر شخصيتك الكلية، إلا أن ذلك الملمح لابد أن تتم ملاحظته فى إطار علاقته بباقى أجزاء وجهك لتكتمل الصورة لديك وتعرف من أنت حقيقة.

عظمة الحاجب

عادة ما تكون عظمة الحاجب (الشكل٥١) أكثر بروزًا فى وجه الرجل أكثر منها فى وجه المرأة؛ لأن بروزها يرتبط ارتباطًا تبادليًا بمستويات هرمون التيستوستيرون. ويوضح هذا الملمح درجة الرغبة فى السيطرة، والهيمنة، والمسئولية؛ فكلما ازدادت بروزًا، زادت هذه الرغبة. وعظمة الحاجب الكبيرة البارزة لدى أى من الجنسين دليل على أن صاحبها لديه شعور بالسلطة ولا يحب أن يملى أحد عليه تعليمات. وإذا كنت على علاقة بشخص كهذا فستجده يعتبر أدنى طلب منه أمرًا واجب النفاذ؛ حيث قد تقول له: "هلا ناولتنى الملح من فضلك؟"، وسيسمع هذه الجملة: "افعل ما أقوله لك.. فورًا!". والعلاقة بمثل هذا الشخص ليست سهلة؛ لذلك عليك أن تنتبه جيدًا لمثل هذا التحدى من العنصر الخشبى والمشكلات التى قد تنتج عنه.

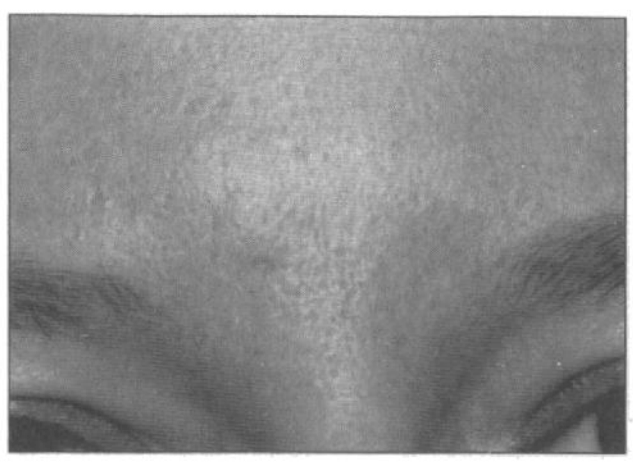


الشكل٥١: عظمة الحاجب البارزة توضح مدى تطلع صاحبها إلى السيطرة.

ولكن على الرغم من أن عظمة الحاجب البارزة تقف حائلًا أمام إقامة علاقات شخصية قوية؛ فإن لها بعض الإيجابيات، فبالإضافة إلى دلالتها على رغبة صاحبها فى تولى المسئولية فهى تبين استعداده الهائل وكفاءته كقائد قوى.

المنطقة التى بين الحاجبين

تسمى المنطقة بين الحاجبين فى وسط عظمة الحاجب "موضع الختم"، أو "موضع المباركة" (الشكل٦٢)، وسبب هذه التسمية أنه عندما كان المسئولون فى الصين القديمة يختمون وثيقة كانوا يرفقون معها خاتمًا، أو طابعًا رسميًا يحمل توقيعهم الخاص كإشارة على موافقتهم على تعيين الموظف فى هذا المنصب. وكانت درجة أهمية ومكانة الموظف تتحدد بحجم خاتمه الذى يحمله. ولأن عظمة الحاجب علامة على القوة فى وجه الإنسان، فإن حجم وحالة المنطقة بين الحاجبين تخبرنا بمدى نفوذه وقدرته على تحقيق النجاح، فاتساع مساحة هذا الجزء من الوجه يدل على أهميته وقدرته على تولى المسئوليات الكبيرة. لذلك فإن ضخامة هذه المنطقة توضح قدرة الشخص على إدارة الأمور وجدارته بالمناصب الرفيعة.



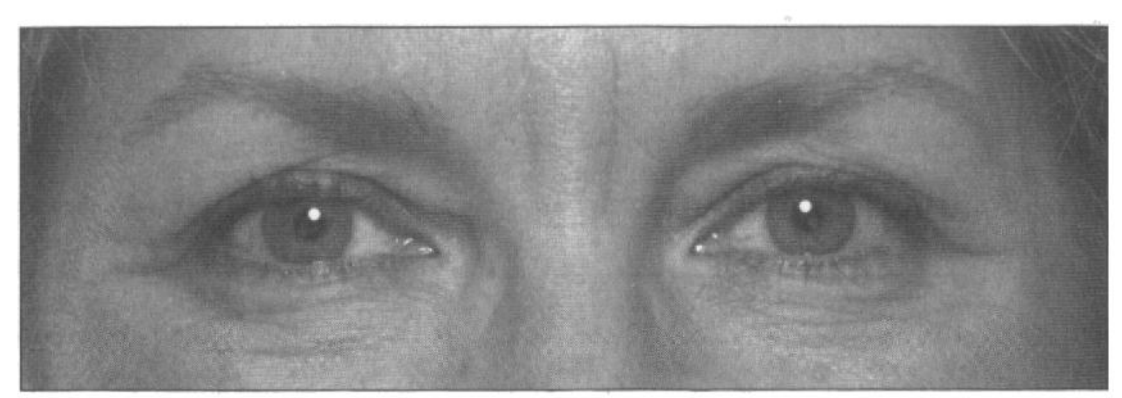
الشكل٥٢ : يقع موضع الختم على العظمة بين الحاجبين.

وخلف ذلك المعنى معنى ضمنى آخر يشير إليه هذا الجزء من الوجه - "المباركة من شخص" - حيث إنه يوحى بأن الشخص قد حصل على تقدير لقيمته وقدراته فى مقتبل عمره بتوصية أو بتصريح من الشخص الذى كان يعطيه السلطة الأكبر فى حياته - وغالبًا ما يكون الأب، أو أى شخص بمثابة رمز الأسرة. وإذا كان هذا الشخص يحبك ويدعمك، فستنشأ شاعرًا بالقدرة والقوة، وبأن قدرتك مباركة، أما إن لم تلقه، فستشك فى سلطتك الشخصية؛ مما يترك أثره على وجهك فى موضع الخاتم.

والوضع المثالى لهذا الجزء من الوجه أن يكون واسعًا منبسطًا بارزًا خاليًا من التجاويف، أو الخطوط، أو الاختلاف فى اللون. وهذا يدل على أن العنصر الخشبى فى حالة توازن بمعنى أنه لا يكافح للحصول على السلطة ولا يعانى من الغضب والإحباط. ومع ذلك، فهذا العنصر فاقد اتزانه بإحدى الصور فى المجتمعات الغربية بوجه عام؛ لذلك تجد الكثيرين لديهم علامات فى هذه المنطقة من الوجه. وأكثر العلامات ظهورًا فى هذا المكان خطان رأسيان صغيران (الشكل٥٣) قد ينبئان عن الغضب، أو الإحباط، أو على الأقل على عدم الصبر، وسهولة الاستثارة. إذا مثلت على وجهك "سورة الغضب"، فغالبًا ما سَتُظْهِرُ هذين الخطين عليه، وإن كررت هذا التعبير - حتى ولو بصورة طفيفة - على مدار فترة طويلة من الوقت فستنحت هذه العلامات على وجهك.

السبب الآخر لوجود هذه الخطوط لا يرتبط كثيرًا بانفعالات سلبية محددة، بل بجوهر طاقة العنصر الخشبى - ألا وهو التوتر الداخلى. إذا كنت تركز بشدة

فى أثناء العمل فستجد أن عبوسك وتقطيب وجهك فى أثناء العمل قد أوجد هذه العلامات. كل من ينتمون لهذا العنصر لديهم الاستعداد لظهور هذه العلامات لديهم؛ وهى طريقة سهلة لتحديد أن العنصر الخشبى مكون رئيسى من طبيعة هؤلاء الأشخاص.



الشكل٥٣ : الخطان الرأسيان بين الحاجبين يظهران انفعالات العنصر الخشبى أو توتره، أو يظهرانهما معًا.

وقد يظهر هذان الخطان بصورة مؤقتة فى فترة من حياتك كانت فى غاية الإحباط، أو كنت مضطرًا فيها للكد فى العمل، ولكن بمجرد أن تتجاوز هذه المرحلة المرهقة – ما لم تطور لديك أية انفعالات أخرى مشابهة – وتنجح فى التغلب عليها، فستنكمش هذه التجاعيد أو تختفى.

فى كل درس أو محاضرة لى يثور السؤال عن جراحة التجميل، وغالبًا ما يركز السائلون على العلاج بالبوتوكس أو غير ذلك من أنواع العلاج التى تغير حالة الوجه. أجل، قد يبدو منطقيًا أن تؤدى إزالة هذه الخطوط الرأسية إلى تخلص صاحبها من انفعالات الغضب، أو الإحباط، أو التوتر الزائد، والجهد المختزن بداخله مما يمنحه وجهًا صافيًا؛ إلا أن تلك الانفعالات لا تزال بداخله؛ لذلك سيواصل التعبير عنها على ملامح وجهه بصورة أو بأخرى، ومن ثم تظهر من جديد عندما ينتهى مفعول البوتوكس؛ وذلك لأنه لم يحدث تغير بداخله، وهو الأهم لأن التغيير الداخلى هو ما يساعده على التغلب على هذه التجاعيد.

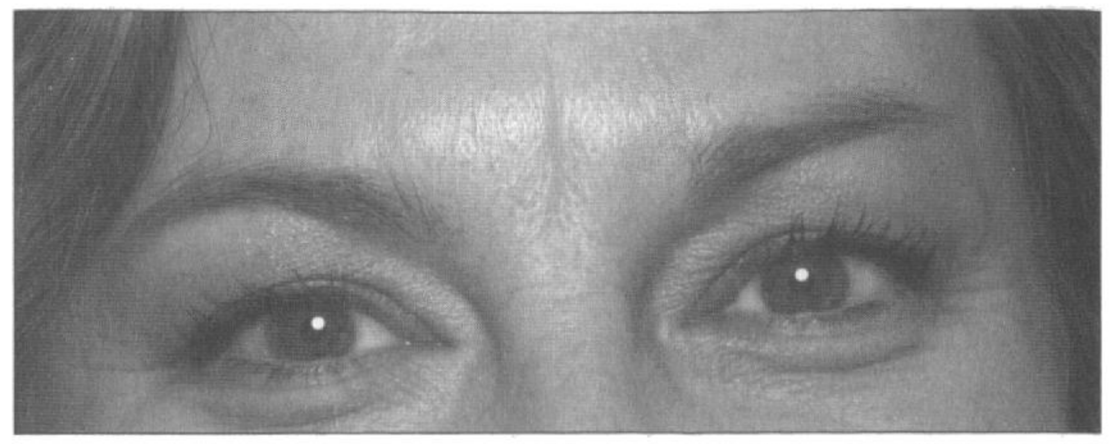
إن أية جراحة لتجميل التجاعيد الناتجة عن تعبيرات الوجه المتكررة تمنحك فرصة حقيقية للتغلب على الانفعالات التى سببت هذه التعبيرات والتى تسببت فيها. ويقال إن هذه الفرصة تستمر لمدة تتراوح بين ثلاث وخمس سنوات على

الأكثر؛ فإذا مرت هذه الفترة دون أن تجرى أى تغييرات داخلية، فستعود التجاعيد ببساطة؛ وذلك لأنك مازلت تخضع لنفس الانفعالات. لقد تحدثت مؤخرًا لسيدة أجرت جراحة شد وجه منذ ما يقرب من ثمانية عشر شهرًا فقط، ولكن التجاعيد عادت إلى وجهها مرة أخرى!

عندما ماتت "إيستى لودر" – "ملكة" مستحضرات التجميل – نشر لها نعى طويل فى الجريدة جاء فيها قول لها قالت فيه إن هناك لحظة واحدة فى عمر المرأة تكون فيها فى أجمل حالاتها، وهى ليلة زفافها؛ لأنها فى هذه الليلة تكون مهتمة بشدة بزينتها. وعندما قرأت هذا ذهلت؛ لاعتقادى أن المرأة تكون فى أجمل حالاتها عند الزواج ليس بسبب اهتمامها بزينتها، بل لأنها تكون فى قمة الحب! إن الهدف من عملى هو أن أساعد عملائى على الارتقاء بهذا الحب للذات والآخرين؛ فإذا كان الحب ينبعث من المرء، فسيراه الآخرون جميلًا حتى لو كان بوجهه تجاعيد وأنفه كبيرًا، ولا يستخدم أدوات التجميل، ولم يجر أية عمليات تجميل.

"الإبرة المعلقة"

الخط الصغير الوحيد فى منتصف موضع الختم، أو المنطقة التى بين الحاجبين يسمى الإبرة المعلقة (الشكل٥٤). عندما ترى هذا الخط فى وجهك، فإنه يشير إلى مشكلة فى قواك الشخصية؛ فقد يعنى أنك لم تلق الدعم الكافى من والدك المسيطر الذى لم يسمح لك بالتعبير عن غضبك فى مستهل حياتك، وقد يعنى أيضًا أنك خضعت لاستبداد والدك، أو أى مصدر آخر للسلطة فى حياتك. إذا كان أبوك قد غاب عنك كثيرًا، أو لم يكن متواجدًا عاطفيًا لك كطفل، فهذا أيضًا قد يسبب هذه العلامة.



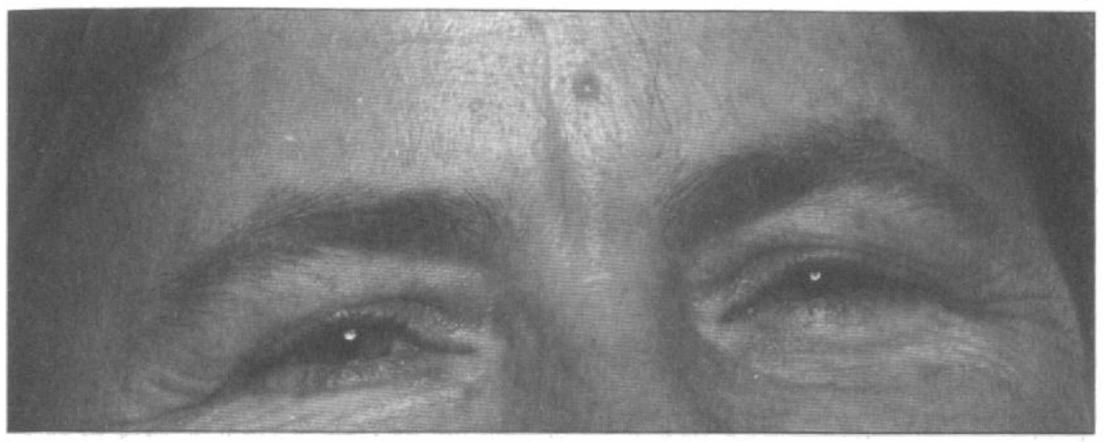
الشكل٥٤ : الخط الصغير بين الحاجبين إبرة معلقة.

وقد تشير الإبرة المعلقة إلى أنك لم تكن تشعر بالثقة عبر مراحل حياتك، وربما تجد صعوبة فى عدم السماح للآخرين باستغلالك، أو تناضل بحثًا عن المحرك الذى يمكنك من تحقيق النجاح فى حياتك. وهذا النوع من التجعيد يدل على أنك تجد مانعًا يحول بينك وبين استغلال طاقتك.

"النصل المعلق"

الخط البارز فى وسط موضع الختم يسمى النصل المعلق (الشكل٥٥)، وهذه العلامة التى تحمل معنى أكبر تعطى تأكيدًا أقوى لمعنى الإبرة المعلقة. ربما شعر صاحب هذا الملمح بالتغرب عن والده أو المسئول عنه فى طفولته، وهو ما يصاحبه تغرب مماثل بينه وبين طاقة الينج، أو الشعور بالقوة الشخصية. وهذا التجعيد يوحى بأن أباك كان مسيطرًا، أو يعانى من غضب حاد، أو أنه كان غائبًا عنك بدنيًا أو معنويًا. ونتيجة لهذا؛ فقد تشعر بهياج مكبوت، وربما تعانى من مشكلات مع إحباط، وقنوط، وسرعة رد فعل، وغضب فى حياتك؛ ومن ثم فإن هناك إعاقة كبرى لطاقة العنصر الخشبى لديك وتحتاج لإزالتها.





الشكل٥٥: الخط الغائر بين الحاجبين يسمى النصل المعلق.

يعتقد أنه مع وجود النصل المعلق، والإبرة المعلقة فى لحظة معينة من حياتك ستظهر المشكلة التى تسببت فى ظهور هذين الخطين وتحول دون تقدمك ونجاحك فى الحياة حتى تتوصل إلى حل لها. وإذا لم تستطع التوصل لقدراتك، أو استخدامها؛ فقد تقع فى ورطة أكبر فى حياتك المستقبلية. والمثير هنا أننى وجدت أن الكثيرين ممن لديهم هذه العلامات قد لجأوا إلى نوع من النمو الروحى. إنهم أولئك الذين أدركوا أنهم بحاجة إلى إزالة هذا العائق لتنشيط قواهم غير المستغلة، وهم يفعلون ما يلزم للتحرر من هذا الوضع.



والعنصر الخشبى يرتبط أيضًا بالرؤية؛ فالمدهش أن موضع الختم يعتبر المدخل لـ "العين الثالثة"، وهى موضع قوة الحدس؛ لذلك فإن إزالة العوائق من هذه المنطقة سيؤثر تأثيرًا فعالًا على زيادة قوة حدسك ويجعلك قادرًا على "الرؤية" بهذه العين الداخلية.

ووجود ثلاثة خطوط رأسية أو أكثر فى هذه المنطقة هو فى الواقع علامة إيجابية؛ لأنه يفسر على أنه دلالة على عملك على علاج انفعالات الغضب، أو التوتر؛ ونتيجة لهذا نضجت شخصيتك.

وتغير الألوان فى منطقة موضع الخاتم له معنى ذو دلالة خاصة؛ فالمناطق الغامقة تشير إلى حالة من الركود والخمول الذى قد يشير إلى مشكلة بالكبد، أو انفعال الغضب، أو كليهما معًا. وتوضح الظلال فى هذه المنطقة وجود مشكلة قديمة طويلة الأمد، ويشير الاحمرار هنا إلى مشكلة حالية وغالبًا ما تكون غضبًا

مكبوتًا. وأحيانًا ما يظهر وهج على وجهك ولا يظهر إلا عندما تتحدث عن شخص يثير انفعال الهياج لديك، وغالبًا ما يكون والدك، أو رئيسك فى العمل، أو زوجك، أو جميع هؤلاء!

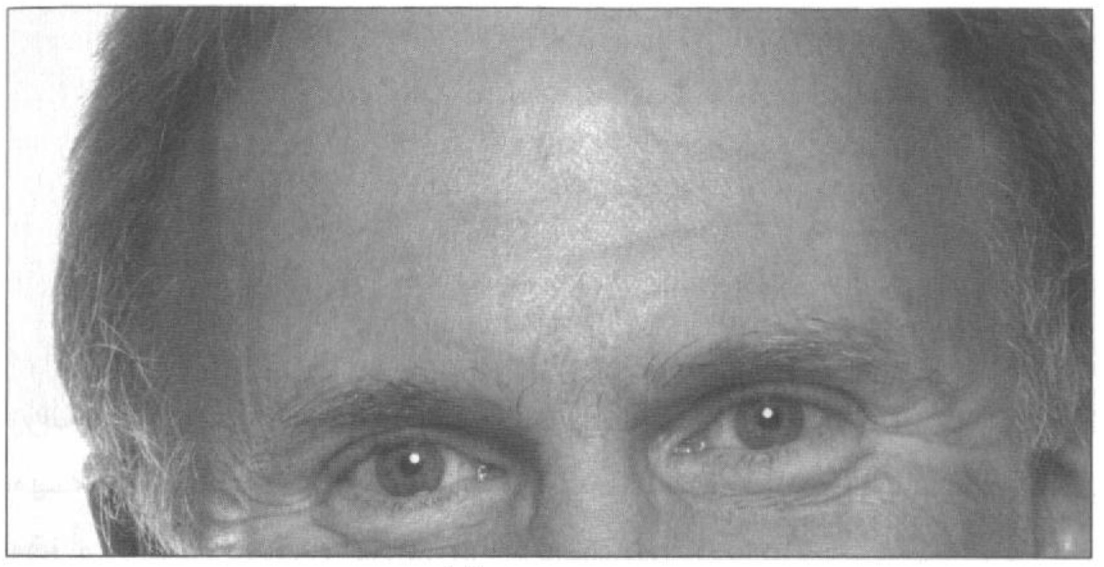
ومع ذلك فإن أية علامة على وجهك قد تدل على عمر معين ترتبط به هذه المنطقة. راجع خرائط الوجه صفحة ٤٨ و ٤٩ التى تبين أن كل سنة من عمرك ترتبط بمنطقة معينة على وجهك، ومن هاتين الخريطتين نجد أن موضع الختم يرتبط تقريبًا بسن الثامنة والعشرين والتاسعة والعشرين؛ وهى مرحلة انتقالية مهمة فى حياتك، وظهور العلامات فى هذه المنطقة يدل على أن شيئًا مهمًا قد وقع أو (سيقع) فى هذه السن.

الصدغان

الصدغان من ملامح العنصر الخشبى أيضًا، وثمة شىء واحد ينبغى ملاحظته عليهما؛ وهو أنه إذا كان الصدغان منبعجين أو مقعرين قليلًا (الشكل٥٦)، فهذا يدل على سلوك قهرى أو إدمانى، وهو تأكيد على التوتر الداخلى بشخصية العنصر الخشبى. قرأت ذات مرة مقابلة صحفية أجريت مع مدير مركز جديد لعلاج الإدمان قال فيه: "المدمن فى حالة نشاط دائم لا يهدأ"، وهذا ينطبق بقوة على العنصر الخشبى خاصة أصحاب هذا الانبعاج فى الصدغ.

ولكن هذا لا يعنى أن من لديهم هذه الانبعاجات مدمنون، بل يعنى أن الإدمان له صور متعددة، وأنه ليس مقصورًا على إدمان المخدرات، ومن هذه الصور إدمان العمل، وهو العمل لساعات طوال وعدم الراحة، أو إدمان الرياضة. ذات مرة جاءنى عميل لديه انبعاج قوى على صدغيه، وكان مدمنًا لمشاهدة التليفزيون. وكان يعمل مندوب مبيعات يسافر كثيرًا، ووجد أنه بدلًا من أن يبقى لإعداد العمل فى غرفته بالفندق، كان يقع تحت تأثير التليفزيون الكبير الذى يحتل مساحة كبيرة من الغرفة. ولم يكن يرى إغلاق باب خزانة التليفزيون كافيًا لمنعه من متابعته؛ لذلك قرر أن يعود نفسه على نزع البطاريات من جهاز التحكم عن بعد وإلقائها تحت الفراش بمجرد عودته للفندق حتى لا يتمكن من رؤيتها! حقًا.. إن العنصر الخشبى لديه إمكانيات عظيمة ويستطيع التعامل مع أى دافع بنجاح بتحويله إلى أنشطة صحية.





الشكل٥٦: انبعاج الصدغين يدل على سلوك قهرى من نوع أو آخر.

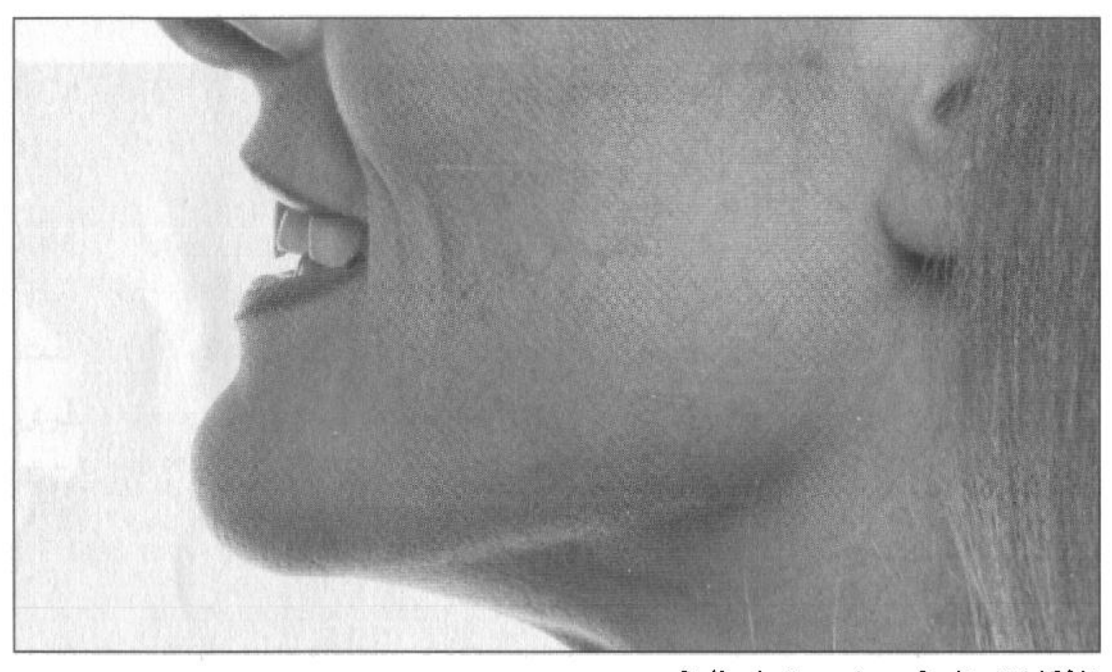
وتوضح الانبعاجات على الصدغين أيضًا حالة من التوق الشديد لحالة من الوعى الناتج عن الإدمان. وهذا التصور المتغير يمكن تحقيقه بعدة طرق مثل المخدرات، أو الخمور، أو العمل القهرى الإدمانى، أو ممارسة الرياضة أو الجنس كأحد أكثر تلك الطرق شيوعًا. ومع ذلك، فهذه الحالة قد تؤدى أيضًا إلى إتاحة فرص جديدة للنضج والرقى عندما يدخلها الفرد عبر طريق آخر: الطريق الروحى. لذلك؛ قد تدل انبعاجات الصدغ على شخص لديه نزعة روحية قوية، أو شخص ذى ميول إدمانية، أو شخص تجتمع فيه الحالتان. غالبًا ما سبق للمنهمكين فى التأمل أو التدين المرور بحالة متحولة مماثلة من خلال المخدرات، إلا أنهم بعد ذلك استطاعوا التوصل لطريقة أكثر صحية وإنتاجية للوصول لمستويات عالية وثابتة من الوعى بدلًا من الإدمان، وهذا هو سر نجاح برنامج إعادة تأهيل مدمنى الخمور؛ حيث إنه يوصل المدمن لحالة تحول الوعى التى يرغب فيها بأساليب روحية بعيدًا عن طريق الكحوليات.

وأحيانًا ما نرى شخصًا لديه خطوط بسيطة مائلة تمتد من صدغيه إلى وجهه، وهذه علامة على أن هذا الشخص قد اجتاز، أو سيجتاز "رحلة معاناة روحية"؛ وهى مرحلة من النشاط الشخصى والروحى العميق، والتى قد تؤدى إلى تحول وترقٍ هائل.

إذا كان الصدغ ممتلئًا أو مائلًا للامتلاء، فهذه علامة على أن صاحبه أكثر سعادة حاليًا، وأنه يستمتع بكل مباهج الأرض، وربما لا يشعر بضرورة الوصول لحالة تحول الوعى.

الفك

بعد الحاجبين، يعتبر الفك أفضل دليل على انتمائك للعنصر الخشبى، وهذا الملمح يطلق عليه "جذور الشجرة". والشجرة ذات الجذور القوية ليس من السهل إسقاطها، وإذا كان لديك فك بارز (الشكل٥٧): فهذا دليل على أن لديك نسقًا معتقديًا راسخًا ليس من السهل التخلى عنه.



الشكل٥٧ : فك قوى يعنى معتقدات ثابتة.

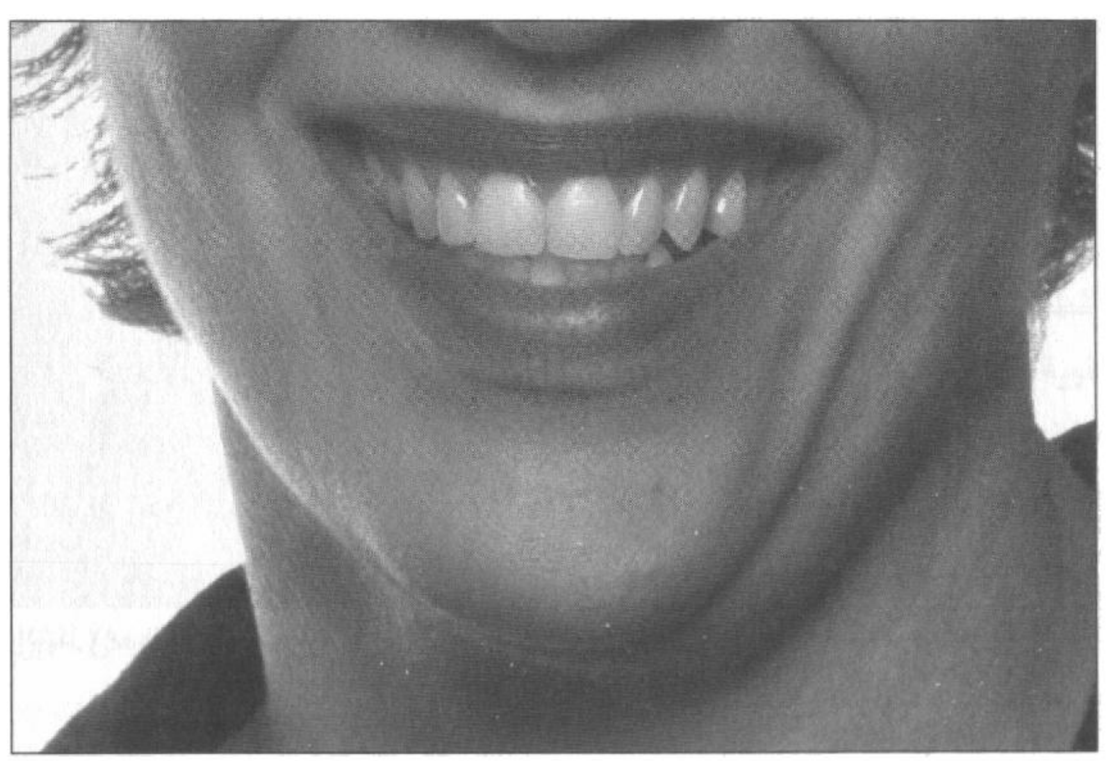
لاحظت أن السياسيين ذوى الفكاك القوية هم من يفوزون فى الانتخابات؛ لأن الناس يشعرون تجاههم بطريقة لا شعورية بقدرتهم على توفير الحماية والأمان، وبأنهم سيقفون إلى جانبهم. ومع ذلك فصاحب هذا الفك قد يكون ميالًا لإصدار الأحكام على غيره مما يضعف علاقاته.

إذا بلغت ضخامة فكك أن أصبح أبرز ملامح وجهك، فهذا يعنى أنك تفرض آراءك على الآخرين، وتبالغ فى انتقادهم، وتملى عليهم ما يفعلونه – سواء أردت



سماع هذا أم لا! وهذا الوضع يصل بصاحبه فى الحالات المتطرفة إلى رغبته فى أن يفكر الآخرون بنفس أسلوبه. والقالب النمطى لهذه النوعية هو الرجل العسكرى ذو الفك العريض والشعار القائل: "انحيازى لبلدى سواء فى الحق أو الباطل". وهذا النوع من الأشخاص قد يكون فى غاية التسلط والتحكم، وإذا لم يوجد أى ملمح آخرى يخفف من وطأة تأثير هذا الفك، فمن الأفضل البعد عن هذا الشخص لصعوبة التفاهم معه.

والفك الضيق (الشكل٥٨) يدل على عدم التعصب؛ حيث يتميز صاحبه بتفتح العقل والقدرة على التأقلم، ومع ذلك فمن السهل أن تغلبه انفعالاته أو يتأثر بالأشخاص المقنعين. إذا كانت جذور الشجرة قصيرة، فمن الممكن أن تقلعها الرياح، وهذا الملمح فى حالاته المتطرفة يجعل صاحبه مرتبطًا بأى شخص يفيده أكثر مما يضر بسمعته بين الآخرين.



الشكل٥٨ : الفك الضيق يدل على شخصية ذات قدرة عالية على التأقلم.

شكل الجسم

للعنصر الخشبى نوعان مختلفان من بناء الأجسام؛ الأول: طويل فارع كالشجرة ويرتبط فى الذهن بلاعب كرة السلة، والثانى: قصير مكتنز كالشجيرة أو لاعب

رفع الأثقال. ويبدو كما لو كان النوع الثانى نموذجًا مكثفًا للطاقة الهائلة الفطرية فى هذا العنصر. وإذا كان هذا هو بناء جسمك، فإنك أشبه بمولد طاقة، ولديك رغبة قوية فى تحقيق أهدافك. الغالبية العظمى من رجال العنصر الخشبى ممن حققوا نجاحًا باهرًا هم الأقصر بين أفراد شعوبهم. وعبارة "متلازمة قصار القامة" غالبًا ما تطلق على ذوى الأطوال القصيرة ممن حققوا نجاحًا هائلًا فى الحياة، وتفسير ذلك أن هؤلاء يحاولون تعويض إحساسهم بالنقص بسبب قصر قامتهم، لكن الحقيقة أننى أعتقد أن سبب نجاحهم هو طاقة العنصر الخشبى الهائلة التى تدفعهم.

وإذا كنت شخصية خشبية من أصحاب الطول الفارع، فإنك ستستثمر هذه الطاقة بصورة أكثر رقة؛ حيث إن جسمك هذا غالبًا ما يقترن بوجه مستطيل الشكل - وهو علامة أخرى على شكل "الشجرة".

العنصر الخشبي من أنت؟ وما رسالتك فى الحياة؟

من أنت، وكيف يمكنك أن تحب ذاتك الحقيقية؟ كيف يمكنك أن تمهد الطريق لإظهار رسالتك الحقيقية فى الحياة؟ لابد - أولًا - أن تسمح لجوهر طبيعتك الخشبية بأن يترعرع لتؤدى الدور المنوط بك فى هذا العالم. إذا كنت تنتمى للعنصر الخشبى حقًا، فإن طبيعتك الحقيقية طبيعة يحركها دافع فطرى للنشاط، وأنت شخص متفائل ملىء بالحيوية، وهدفك فى الحياة هو الحركة، والفعل، وتجسيد أفكارك على أرض الواقع. والمحرك القوى بداخلك يدفعك دائمًا للأمام فى خط مستقيم لتصل إلى أهدافك. ومع ذلك فالعنصر الخشبى يتميز أيضًا بالمرونة لأن الشجرة التى لا تميل مع الريح تتحطم. وَجِّهْ طاقتك النشطة باتجاه أهدافك، ومع ذلك عود نفسك أن تسمع لآراء الآخرين وأن تضع احتياجاتهم فى الحسبان.

وعلى الرغم من قدرتك على التكيف والتغير لمسايرة الظروف، عليك أن تظل وفيًا للقدرات الكامنة فى عنصرك الخشبى، وتركز بشدة على تحديد مكانك فى هذا العالم. أوجد طرقًا لتوظيف قدراتك الهائلة: ثقتك بنفسك، ورؤيتك النافذة، ودافعك - وهى ما يمنحك تركيزًا هائلًا يمكنك من تحقيق أى هدف. اعمل على

تقوية نفسك بتخصيص وقت منتظم تكون فيه نشطًا، وابتكر أنظمة تساعدك على السير قدمًا بثبات وتصميم ولا تكف عن النمو. عندما تترك طاقة العنصر الخشبى لديك تتدفق، فستحقق التوازن فى حياتك، وستكتشف لديك قدرات وإمكانات لم يسبق لك أن حلمت بها.



العنصر النارى ـ الإثارة



في هذا الفصل سأقدم المفاهيم الأساسية للعنصر النارى وكيفية التعرف عليه، ولكن دعونى فى البداية أقدم لكم قائمة موجزة عن خصائص العنصر النارى:

- **الطاقة :** فى قمتها، صاعدة ومنتشرة، وفى أوج نشاطها، وتتمثل فى الظهيرة والصيف وريعان الحياة.
- **السمات:** شعلة نشاط، مرح، عطوف، حنون، يحب جو الحميمية، يهوى التغيير، متمركز حول ذاته، متقلب، غَزِل، مُبالغ، سريع التأثر جسديًا، زائد النشاط، مشتت الفكر، قلق ومعرض للإصابة بنوبات الهلع، مدى انتباهه قصير، فكه، مرح، يعبر عن نفسه بوضوح، ملهم، يبادل غيره المشاعر.
- **الملامح الرئيسية :** العينان، شعر مجعد أو أحمر، بروز فى نهاية ملامح الوجه.

- **أعضاء الجسم:** القلب، والأمعاء الدقيقة.

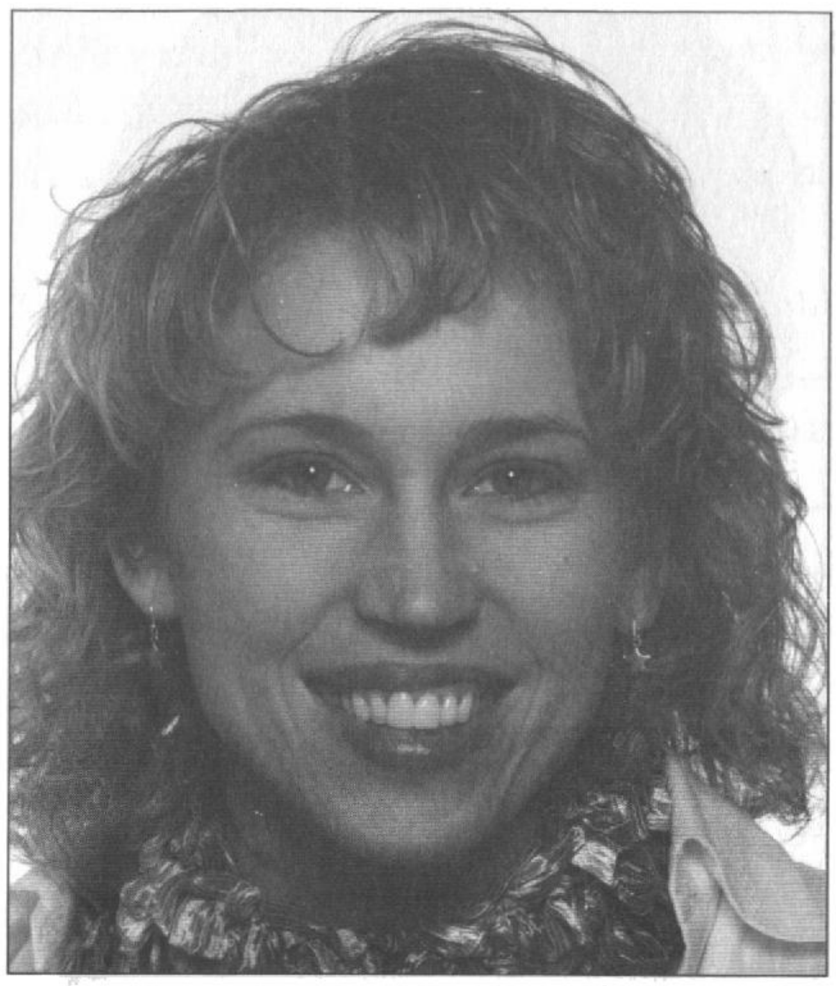
- **عضو الإحساس:** اللسان.

الملامح التى ينبغى أن تبحث عنها

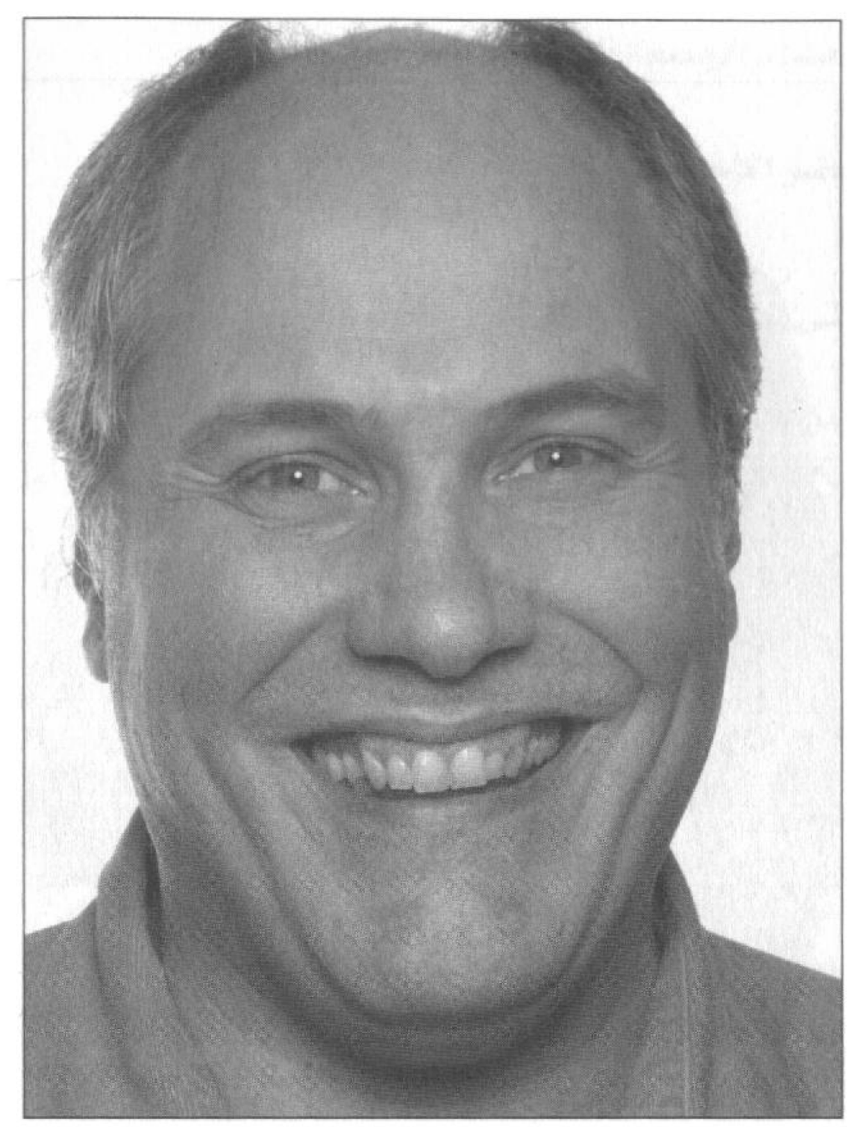
ليس من الضرورى أن يكون لديك *كل* الملامح التالية حتى يلعب العنصر النارى دورًا مؤثرًا فى حياتك؛ فأى من هذه الملامح سيوضح أنه عامل مؤثر فى شخصيتك، وكلما ازدادت هذه العوامل لديك، زادت غلبة العنصر النارى على طبيعتك.

- عينان لامعتان ذواتا "بريق".
- شعر أحمر، أو مموج أو أحمر مموج معًا، ومجعد التسريحة أو بتسريحة غير مألوفة، أو صلع بأعلى الرأس.
- سهل الضحك والابتسام.
- سريع الحركة والحديث.
- ذو خصر نحيل.
- ذو بشرة محمرة ومتوهجة تميل للون الوردى وبها نمش.
- ذو غمازات فى الذقن والخدين.
- أطراف مدببة للفم، أو الأنف، أو الأذنين، أو العينين، أو الحاجبين، أو لها جميعًا.





الشكل٥٩ ، وجه لامرأة نارية.



الشكل ٦٠: وجه لرجل نارى.

لكن كيف تعرف أن العنصر النارى هو المكون الرئيسى لشخصيتك؟ انظر إلى أقوى ملامح وجهك وأكثرها حضورًا. قد لا تتوفر لديك كل أو معظم الملامح على القائمة السابقة، ومع ذلك إذا كان شعرك أحمر، أو عيناك تلمعان بشكل ملحوظ؛ فإن هذا العنصر من مكونات شخصيتك، وكلما ازدادت الملامح النارية لديك قوة، زاد المكون النارى فى شخصيتك.

إذا كنت ناريًا صميمًا، فستكون عيناك مشرقتين ومتوهجتين، وستتسم حركتك وحديثك بالسرعة مع سرعة استعدادك للضحك، وسيكون شعرك إما أحمر أو مجعدًا، وسيغلب على بشرتك اللون الوردى المتوهج خصوصًا على خديك وصدرك، وتكون خاصرتاك نحيلتين، وسوف تلاحظ أيضًا بروز طرف كل ملمح

من ملامحك مثل الأنف وجانبى العينين، ودقة نهايات الفم. وستتيح لك طاقتك المجال لتتبوأ أرفع المنازل فى أى مكان تحل فيه؛ لأن التوهج والحرارة اللذين يشعان منك سوف يجعلانك شخصية كاريزمية. إذا توافرت لديك كل هذه الصفات التى يندر أن توجد فى غير العنصر النارى، فاعلم تمامًا أنك نارى جدًّا!

ومن مشاهير الشخصيات النارية: "بيلى كريستال"، و"جاك بلاك"، و"آشلى جود"، و"شيرلى ماكلين".

إن طاقة العنصر النارى هى الحياة فى أوج قوتها، والرغبة التواقة فى الحياة وشرب كأسها حتى الثمالة. إن القوة التى تجلت بوضوح فى المرحلة الخشبية تستكمل الدورة فى المرحلة النارية، والتى بطبيعتها تجسد الرغبة فى التهام غيرها ، والتهام غيرها لها فى وميض اللحظة. عندما يحترق شىء، فإنه يتحول من مادة إلى دخان، ورماد، وأبخرة ترتفع إلى عنان السماء؛ فدائمًا ما يسعى هذا العنصر إلى بلوغ أعلى المراتب والشعور بالسمو والرقى.

وتكمن قوة العنصر النارى فى القلب، وهو مركز الشعور والحب فى الجسم، ومثل هذه الانفعالات تجعل طاقة الجسم تزداد وتتوهج كما ترتفع ألسنة اللهب تمامًا، وهى تربطنا بشعور بروحنا الحقيقية. إن العاطفة، والبهجة، والرغبة، والتنور الروحى التى تغير حياتك جميعًا يتضمن الإحساس بها العنصر وثورته بداخلك.

وحتى تسمو على قيود جسمك، وتحيا هذا الشعور بالصفاء الروحى، فإن الطاقة النارية تناديك أن تفتح قلبك؛ فهذه هى الطريقة الوحيدة للتوحد الكامل مع شخص آخر فى الخبرة المبهجة للحب، ومع ذلك فهذا سيعرضك لمخاطر؛ لذلك لابد أن تتأكد من أمانك تمامًا قبل أن تسلم نفسك لأى شخص بارتباطك معه. والأشخاص الناريون يسهل التأثير على انفعالاتهم واستثارتها؛ لأنهم لا يعملون على حمايتها.

والصفة المرتبطة بالعنصر النارى هى الإثارة؛ فالشخص النارى ينتشى عندما يكون مفعمًا بالإثارة، وعندما تفيض منه الحيوية بشكل منتظم وعلى الدوام.



شخصية العنصر النارى

بينا أن طاقة العنصر النارى كالصيف فى أوج قوته، وكالطبيعة فى قمة خصوبتها وريعانها، وكالزهور فى كمال تفتحها، وكالأوراق فى غاية نضارتها.. باختصار، إنها الذروة التى وصلت إليها قوة الحياة.. الطاقة القوية التى تسرى فى جسم المراهق الصغير كامل النمو، والشاعر بزخم قوة حيويته وهو يقتحم الحياة. إنها الإثارة التواقة للاندماج مع العالم حتى تصل فى النهاية إلى جوهر حقيقتنا.

وقوى هذه الشخصية هى الحيوية، والمرح، وفورة الحياة. إذا كنت ناريًا، فإنك تحمل هذا التوهج فى جميع مراحل حياتك، وتجد متعة فى كل ما تفعله، وتملأ حياة الآخرين بهجة وسرورًا. أنت تتوق للحميمية والقرب من الآخرين. أنت عاطفى ودافئ الأحاسيس وتحب التغيير وتجربة شىء جديد كل يوم؛ وهذا لأن طبيعة النار هى الحركة المستمرة لتجد شيئًا جديدًا تحرقه.

وأهم المصاعب التى تواجه الشخص النارى هى الإثارة الزائدة التى قد تؤدى به إلى الإحساس بالتشتت، والقلق، والضياع، بل ربما وصل به الأمر إلى استنفاد طاقته أو التعرض لنوبات هلع. وعندما يشعر بالضغوط، فإن طاقته تندفع لأعلى بأقصى سرعة وتجعله يتصرف بتهور مما يورثه الندم فيما بعد، وهذا يعنى أيضًا أنه سريع التقلب لا يطيق البقاء على حال لفترة طويلة. وبسبب حساسيته المفرطة وسهولة تأثر انفعالاته؛ فإن تعرضه لأى جرح لمشاعره يجعله يشعر بالحزن العميق الذى لا يستطيع التخلص منه بسهولة. لذلك فهو يفضل اعتزال الآخرين والبعد عنهم عندما يمر بأزمة حقيقية، لكن العزلة لا تزيده إلا ألمًا وقنوطًا. وتعافيه من هذه الأزمة يتمثل فى إقامة علاقات جديدة مع أشخاص آخرين لا العزلة؛ لأن هذا هو ما ينعش روح العنصر النارى حقًا.

أول ما يلاحظه الناس عندما يدخل الشخص النارى مكانًا: ضحكه، ومزاحه، وحديثه بسرعة. ومن الصعب جدًا بالنسبة له أن يتحدث دون أن يشير بيديه، وقد يلاحظ بنفسه عيون الناس وهى تنتقل بسرعة بين وجهه ويديه عندما يتحدث. النار سريعة – وأنت كشخص نارى تتحدث بسرعة وتتحرك بسرعة، وفمك نشط بشكل جدًا، ومفتوح دائمًا!

وهذا يجعل منك شخصًا سريع التأقلم، أضف إلى ذلك أنك تحب التنوع والتغيير؛ ولهذا السبب، فإنك ترتكب الكثير من الأخطاء، ومع ذلك تخاطر بممارسة أنشطة متعددة فى وقت واحد، والتشتت الذهنى بسبب تدفق الأفكار فى رأسك وامتلائها بالمشروعات. ومن الصعب عليك أيضًا أن تركز لفترة طويلة؛ لأنك مشغول بكل شىء أمامك. إذا وصلت هذه الحالة من التشتت؛ فستعم حياتك الفوضى وستجد صعوبة بالغة فى التوقف وإعادة ترتيب الموقف والتحكم فيه، بل قد تجد نفسك مضطرًا إلى البحث عن مخرج لتترك كل شىء وتنتقل إلى شىء جديد.

وكشخص نارى، فأنت تحب المرح والعبث ومغازلة الجنس الآخر، واللعب مع الحيوانات الأليفة، والأطفال، والعالم بأسره. إنك لا تمارس هذا الغزل بشكل جدى – بالضرورة – ومع ذلك تشعر بأنه من الطبيعى لك أن تتصرف بهذا الشكل. أما فيما يتعلق بالعاطفة الصادقة، فإنك تتمنى الوقوع فى الحب، لكنك تفضل أن تدوم فترة الغرام والغزل لمدة أطول؛ لأنه عندما تبدأ المشاعر فى الاستقرار والهدوء سينتابك الضجر، وبالتالى تبدأ البحث عن إثارة جديدة سواء فى العلاقة القائمة أو بالتحول إلى علاقة أخرى.

لذلك؛ فإن الشخص النارى يبدو متقلبًا اجتماعيًا إلى حد كبير؛ فربما كان له الكثير من الأصدقاء، إلا أن علاقته بهم ليست عميقة ولن تستمر لفترة طويلة؛ لأن جميع الناس فى نظرك لا يستطيعون مسايرته فى سرعة حديثه وتفكيره. ولذلك؛ فإذا تعقدت الأمور فإنه يفضل عدم محاولة إصلاح علاقاته القائمة، بل التحرك لإقامة علاقات جديدة. وفى حالة تعرضه لنوبة مزاجية حادة، فقد يسىء السلوك الانفعالى، وقد تؤدى هذه الانفعالات إلى إصابة أصدقائه من العناصر الأخرى بالإحباط وتجعلهم يحاولون إيجاد طريقة لإعادة التوافق أو إنهاء علاقتهم بك.

كانت إحدى أفضل عميلاتى فى الفنج شوى منذ عدة سنوات طبيبة، وتصادف أيضًا أن كانت امرأة نارية. وكانت هذه السيدة تظننى ماهرة؛ لأنه فى كل مرة أجلس فيها معها يحدث تغير فورى فى مجريات حياتها. والحق أن السبب فى هذا التغيير كان يرجع بشكل كبير إلى طبيعة شخصيتها النارية سريعة التغير، وليس إلى قدراتى الخارقة! ومثل كل من ينتمون للعنصر النارى كانت هذه الطبيبة

عرضة للتغير، وكانت جلساتنا معًا تمنحها شعورًا بأنه مسموح لها بالمضى قدمًا فى طريق التغيير.

ودائمًا ما كانت طبيعتها النارية تفيدها، ومع ذلك كانت كثيرًا ما تجعلها فى حالة عدم توازن؛ فقد كانت تواجه صعوبة كبيرة فى التركيز، وفى تسيير حياتها بانتظام حتى إنها كانت تنسى أن تكتب ملاحظات عن مرضاها وكانت تخلط بين نتائج معمل التحاليل. أما حبها للغزل والعبث فقد ضيع عليها فرصة واحدة على الأقل؛ فقد كانت لدىَّ عميلة أخرى تعمل منتجة برامج تليفزيونية، وكانت تبحث عن طبيبة لتقدم برنامجًا تليفزيونيًا جديدًا – وكانت عميلتى وصديقتى النارية تصلح جدًا لهذه المهمة، فقد كانت جذابة، ولبقة، ومفعمة بالفكاهة. رتبت موعدًا للقاء بينهما، لكن اللقاء لم يحدث البتة؛ فقد ذهبت المنتجة إلى منزل الطبيبة وقرعت الجرس، وطرقت الباب، وحاولت الدخول عن طريق الباب الخلفى، وهاتفتها، وانتظرتها عشرين دقيقة قبل أن تقرر فى النهاية أن تذهب. تبين لنا فى النهاية أن الطبيبة كانت مشغولة فى موعد مع سباك ظريف جاء لعمل إصلاحات سريعة، ونسيت كل ما يتعلق بالميعاد وبالبرنامج التليفزيونى.

طبيعة الشخص النارى أن يشعر دومًا أنه محل اهتمام الآخرين وموضع انتباههم، وغالبًا ما ينتهى به الأمر إلى دائرة الشهرة حتى ولو بشكل بسيط. وهذا قد يسبب مشاكل كثيرة مع أصدقائه؛ فربما ذهب النارى الشهير إلى أفضل أصدقائه – الذى فقد عمله ويعد لإجراءات الطلاق – فقدم له الدعم لمدة خمس دقائق فقط ثم تطرق بالحديث عن حذائه الجديد دون أن يجد فى ذلك ما يسوء! وهذا لا يعنى بالطبع أنه لا يبالى بغيره، ولكنه ليس الشخص المناسب الذى يذهب إليه الناس ليشكوا له أحزانهم، ومع ذلك فإنه هو الذى يذهب إليهم ليجعلهم يشاركونه فى أحزانه؛ ولينسى همومه معهم ويستعيد روحه المرحة.

لاحظتُ أن الأمهات الجدد ممن يغلب عليهن هذا العنصر يقعن فى مشكلات أكثر من أية أمهات أخريات. ما هى أبسط مهام الأم مع ابنها الرضيع؟ النارية أن تبقى ملازمة لابنها على الدوام حتى تلبى احتياجاته وأن تطعمه كل عدة ساعات وتهتم بشئونه، وسوف يتكرر هذا يوميًا بنفس الصورة مما يؤدى إلى شعور المرأة النارية التى تحب التغيير والتنوع بالرتابة والملل. جاءتنى عميلات كثيرات ينتمين لهذا العنصر يشكين من إحباط ما بعد الولادة ومن شعورهن بالضيق بسبب نمط الحياة الرتيب الذى يخلو من التغيير والفكاهة.

لكن هذا لا يعنى أن الشخص النارى لا يصلح أن يكون والدًا؛ فهو يجيد الأبوة بالفعل، ولكنه مثل سائر العناصر يحتاج إلى دعم فى الأوقات التى تتطلب أداء مهام ليست مألوفة له. إذا كنت امرأة تنتمين للعنصر النارى؛ فسوف تحتاجين إلى مساعدة خصوصًا فى شهور الرضاعة الأولى كأن يعينك شخص ما على تربية ابنك حتى يتسنى لك أن تستريحى قليلًا وتنطلقى بعيدًا عن الرتابة والملل.

بما أن النار تقدم هذه الحدة لكل شىء فى الحياة، فإن صاحب العنصر النارى يميل إلى المبالغة، وليس معنى هذا أنه يتعمد الكذب، وكل ما فى الأمر أنه يجد أن الحقائق المجردة لا تكفى لإحداث الأثر المطلوب فى نفوس الناس، ولا تجعلهم يشعرون بأهمية تجاربه الواقعية؛ لذلك لن يستطيع أن يمنع نفسه من القول بأنه انتظر ساعة كاملة فى حين أنه لم ينتظر لأكثر من عشرين دقيقة. إن كل ما يحاول فعله هنا هو أن يجعل الآخرين يشعرون بمعاناته فى أثناء انتظاره لفترة طويلة. وربما تقول أيضًا إن درجة حرارتك كانت مائة درجة فهرنهيت طوال فترة إجازتك فى المنتجع فى حين أنها لم تتخط خمسًا وثمانين درجة فى أشد الفترات سخونة.

إذا فقد العنصر النارى توازنه فسيصبح الوضع مأساويًا بشكل يخرج عن حدود السيطرة، ويدخل فى حالة اضطراب شديد ونواح، وقد يخرج حزنه عن نطاق السيطرة لدرجة يصعب معها مداواته. وربما يتخذ الشخص النارى قرارات سريعة متهورة تسبب خسائر فادحة فى حياته وحياة الآخرين. منذ عدة سنوات مضت كانت لدى عميلة تعمل فى مؤسسة كبرى، وكانت هذه المرأة واثقة – مثل سائر أفراد العنصر النارى – وتشعر بالوقت الذى يشعر فيه أحد الأشخاص بعدم الاستقرار مع شخص آخر أو مكان. كانت فى مكان عملها مثل عصفور كناريا فى منجم فحم، فكلما كانت موجات الطاقة الخفية تخرج عن نطاق التوازن كانت أول من يشعر بذلك، وعندما كانت الشركة التى تعمل بها تجتاز فترة إعادة تنظيم لا تسير فيها الأمور على ما يرام، كانت تقنع إدارة الشركة بالاستعانة بما أقدمه من استشارات لمدة قد تستغرق أيامًا. وفى أثناء زيارتى هناك، حضرت لاصطحابى من الفندق إلى مقر الشركة، وفى اليوم الثالث بدأ حدوث تغير ملحوظ فى طاقة الناس والمكان هناك، وكانت عميلتى الواثقة تشعر بذلك. وعندما خرجنا من الشركة وصفت لى مدى اضطرابها فى أثناء تلك الفترة الانتقالية التى مرت بها الشركة، وأنها تسببت لها فى معاناة الكثير من

الانفعالات. وأثناء كلامها معى ازدادت انفعالًا وانزعاجًا حتى دخلت فى حالة هيستيرية من البكاء والصراخ على الرغم من أنها كانت تقود السيارة. نجحت فى إقناعها بأن توقف السيارة وتجذب الفرامل حتى تنتهى من نحيبها المأساوى بينما كان المارة ينظرون مدهوشين لمعرفة ما يحدث، وفجأة ظهرت فى الشارع سيدة رائعة الجمال ترتدى معطفًا سميكًا من جلد النمر يغطى جسمها بالكامل، وكانت تعبر الطريق بسرعة شديدة كأنها تنقض على فريسة، فتوقفت عميلتى عن البكاء ونظرت إلى تلك السيدة وتوهج وجهها وقالت: "سيكون كل شىء على ما يرام إذا استطعت شراء هذا المعطف".

من حسن حظ الشخص النارى، ومن حسن حظ القريبين منه أنه سرعان ما يعود لحالته الطبيعية بعد أى انزعاج يصيبه؛ حيث تمضى الأمور وكأن شيئًا لم يكن. إن طبيعة هذا العنصر هى المرح مهما حدث، وهو يرى "نفسه" سعيدة أكثر مما يراها حزينة.

نمط حياة الشخص النارى

— **الملبس:** هذا العنصر يبحث عن المتعة فى نوعية ملابسه؛ فالمرأة النارية قد ترتدى مجموعة من الملابس ليس بينها أى ترابط، بل وقد تبدو مثار سخرية الآخرين – كأن تلبس بردة وكوة من الفرو أو الريش وكوفية مع حذاء رعاة البقر – ومع ذلك كله تبدو فى غاية الروعة. وهى لا تبالى إن نامت مرتدية حذاء ذا كعب عالٍ، وتحب الأحذية ذات الكعب النحيل العالى مدببة الطرف. يفضل شخص العنصر النارى الأزياء الجذابة ذات الألوان الزاهية أو صور الحيوانات، ويرغب دائمًا فى ارتداء الملابس الجميلة المرحة التى تجعله يشعر بالمتعة. قد ينظر الآخرون إلى طريقة ملبس الشخص النارى على أنها نوع من التفاهة والبهرجة الزائدة، لكن هذه هى طبيعته التى يحب أن يعبر عن حيويتها بالملابس كما هو الحال فى جميع جوانب حياته.

— **المنزل:** يفضل الشخص النارى الزخارف، والمعمار البهيج، وغير التقليدى، والمثير. ويحب أيضًا آخر صيحة فى عالم الأثاث، والأدوات البهيجة، والقطع الفنية العجيبة والغريبة الشكل، والألوان القوية. وربما كان لديه مجموعة

من العرائس أو الدمى المتحركة، والشموع المضيئة فى كل مكان، أو الجدران المطلية بدرجات الألوان القرمزى، أو البرتقالى، أو البنفسجى. أضف إلى ذلك أن أى شىء جديد وآخر صيحة فى عالم التصميمات تتناسب مع ذوقه.

وأفضل طريقة لتوظيف منزل الشخص النارى هى استغلال كل غرفة فيه لأكثر من غرض، فإذا كنت تمارس عملك من المنزل، فأنصحك بأن يكون لديك على الأقل ثلاثة مكاتب أو ثلاثة أماكن مخصصة للعمل؛ لأن ذلك سيساعدك على توظيف طبيعتك النارية فى أسلوبك فى العمل، فالمنتمى لهذا العنصر يخصص عشر دقائق لعمل شىء إلا أن تلك الدقائق تتحول إلى عشرين، ثم ينتقل من هذا العمل إلى عمل آخر، وهكذا. ومن سلبيات الشخص النارى عدم النظام؛ حيث الاحتمال أن ينهمك فى أكثر من عمل فى وقت واحد مما يؤدى إلى تراكم الأشياء التى لم يكتمل إنجازها. إن قصر مدى انتباه الشخص النارى قد يمثل مشكلة حقيقية فيما يتعلق بالنظام.

— **الحركة :** لأن العنصر النارى يحب الدعابة ولا يطيل التركيز على موضوع محدد؛ فمن المؤكد أنه سيتجنب ممارسة أية أنشطة يغلب عليها طابع الرتابة والملل أو تستغرق وقتًا طويلًا. وعلى الجانب الآخر نجد الأنشطة التى تتطلب ممارستها حركة سريعة وتغيرًا تروق له؛ فالبرامج التى تتضمن الكثير من الأنشطة هى الشىء الوحيد المجدى معه. والشخص النارى يستمتع بالموسيقى ويحب الرقص على أنغامها خاصة إذا كان يرقص مع زوجته!

— **المهنة :** يجيد الشخص النارى التعامل مع الناس، ومواهبه فى التواصل لا حدود لها؛ لذلك يبرع فى أية أعمال تتطلب التواصل أو التعامل مع الآخرين. وينجح الشخص النارى فى العلاقات العامة والتسويق، وقد يمتاز فى المبيعات لأن شخصيته المتحمسة والودودة ستجعل عملاءه يشعرون بالراحة تجاهه. والشخص النارى لديه القدرة على التمثيل والأداء بشكل تلقائى؛ لذلك ينتمى إليه العديد من الممثلين، وهو شخص يستطيع الإجادة كمدرس وكخطيب فى المحافل العامة. والشخص النارى المتوازن ذو قدرة هائلة على التحليق بالناس فى آفاق عالية وحثهم على اكتشاف وتوظيف أفضل ما لديهم.

ربما لاحظت على نفسك أو على أحد أصدقائك هذه الصفات، وهذا من شأنه أن يمنحك أفكارًا لفهم نفسك وفهم الآخرين، لكنك قد تلاحظ أنه على الرغم من وجود بعض ملامح العنصر النارى، إلا أنها ليست جميعًا لديك أنت أو صديقك. تذكر أنه على الرغم من أننا جميعًا لدينا جزء من كل عنصر من العناصر الخمسة فى شخصياتنا؛ فإنه غالبًا ما يكون الحضور والتركيز لعنصر أو لعنصرين منها، بل إن بعض الناس قد يكون لديهم أربعة عناصر تتضح بقوة فى وجوههم، ويكون القصور عندهم فى عنصر واحد فقط. لذلك؛ فإنك بمواصلة القراءة فى هذا الكتاب ستستطيع تحديد نوع ثانٍ، أو ثالث، أو – حتى – رابع يساعدك على فهم شخصيتك بصورة متكاملة.

أما إن لم تجد لديك ملامح العنصر النارى بوضوح، فأنت لا يزال لديك بالتأكيد عينان، وأطراف لملامحك، فى الفصل التالى سنتناول كل ملمح من هذه الملامح بالشرح ونعرف التفاصيل التى قد يمنحها لنا عن مدى تغلغل هذا العنصر فى قلب شخصيتك.



قراءة ملامح العنصر النارى



كما ذكرت من قبل، فإن كل عنصر يرتبط بمجموعة محددة من الملامح بالإضافة إلى منحه الوجه بكامله مظهرًا خاصًا يميزه. وفى هذا الفصل سنتعرف على العنصر النارى بصورة أكثر عمقًا وذلك من خلال أجزاء الجسم التى يرتبط بها.

العينان

بالإضافة للضحكة والابتسامة اللتين تلازمان وجهه باستمرار، يتميز العنصر النارى عن غيره من العناصر الأخرى بالبريق الأخاذ الذى يشع من عينيه –أو لنقل هو إشعاع ينبعث من عينيه. وليس من الصعب ملاحظة هذا البريق لدى بعض الناس، ومع ذلك فإن القدرة الدقيقة على التعرف عليه تتطلب بعض الممارسة.

وإضافة إلى أن عينى الشخص النارى تظهران وجود عنصر النار لديه؛ فإنهما توحيان بالكثير من الأسرار والمعلومات الأخرى. وأول هذه الأسرار هو شعورك تجاه التواصل مع الآخرين، وحجم العينين مهم فى هذا الصدد، وعلى الرغم من أهمية الحجم الطبيعى للعينين، إلا أن الأكثر أهمية هو مدى اتساعهما

الذى يمكن للمرء أن يحافظ عليه أثناء نظره إلى شخص يتحدث معه. وإذا كانت عيناه واسعتين بالميلاد لكنه يتعمد تضييقهما، أو إذا كان مولودًا بعينين صغيرتين، لكنه يحافظ على إبقائهما مفتوحتين؛ فهذه معلومة فى غاية الأهمية توضح توجهه فيما يتعلق بتبادل الأفكار والمشاعر مع الآخرين.

العينان الواسعتان أو اللتان تظلان مفتوحتين باستمرار (الشكل٦١) عادة ما تدلان على أن صاحبهما شخص صريح اعتاد أن يعبر عن مشاعره، بل ومن المحتمل أنه لم يحدث أن أخفى أى شىء يفكر فيه فى أى موقف. وهذا يسهل إقامة علاقات صداقة قوية وكثيرة لأن وضوحه الشديد يطمئن الناس، ولا يجعلهم يشككون فى نواياه، لكن هذا الوضوح الشديد قد يورطه فى مشكلات كثيرة كالتسرع فى علاقة حب، أو الثقة فى شخص بسهولة، أو التسبب فى استغلال الآخرين له وجرح مشاعره.



الشكل٦١: العينان المفتوحتان باستمرار تدلان على الوضوح والصراحة مع الآخرين.

أما العينان الواسعتان للغاية، فقد تكونا من أعراض عدم التوازن البدنى خاصة إذا كانتا جاحظتين بشدة. لكن إذا تأكد عدم وجود مرض، فإن هذا قد يكون دليلًا على أن صاحبهما من "ملوك التعبير" — وهم أولئك الذين تغلبهم انفعالاتهم ولا يستطيعون كتمان أى شىء.

أو قد يوضح هذا النوع من الملامح أن صاحبه حساس يستمد الكثير من "التواصل" من الناس والأماكن المحيطة به؛ لذلك فالواجب على هذا الشخص أن يتعلم أن يكون حذرًا فى تعاملاته وألا يخطو أية خطوة قبل أن يدرس الموقف جيدًا حتى لا يفاجأ بشىء يقلب توازن بيئته. ربما تعرضت فى طفولتك لصدمات انفعالية — ناتجة عن جو أسرى مشحون بالانفعالات والأزمات — أقوى من أن تحتملها كطفل ليس لديه الكثير من التجارب. وكانت نتيجة ذلك أن حرصت على

أن تفتح عينيك باتساع أكبر من ذى قبل لتستطيع اكتشاف المخاطر قبل أن تصل إليك.

إذا كانت عينا من تتحدث معه مفتوحتين بشدة أثناء حديثه لك، فهذا دليل على أنه مستثار بسبب موضوع النقاش، أما إذا كانت هذه هى حالته باستمرار: فهذا يدل على رغبة هذا الشخص الجارفة فى التواصل مع الآخرين، بل قد يصل الأمر فى الحالات المتطرفة لدرجة هوس هذا الشخص بمن يتعامل معه.

وإذا كنت تضيق عينيك (الشكل٦٢)، فهذا يعنى أن هناك حدودًا للقدر المسموح به للآخرين فى التواصل معك، وأنك فى جميع علاقاتك سواء كانت علاقات عمل أو علاقات شخصية لن تكون فريسة للخداع؛ لأنك تتميز بالشك وقد تنظر إلى نفسك على أنك واقعى. من الصعب عليك أن تثق فى الناس وتشك فى دوافعهم، ومع ذلك فأنت ذكى للغاية فى استنتاجك المنطقى، وقدراتك الإدراكية تتسم بالدقة. والمؤكد أن من يحاولون إقناعك بشىء عليهم أن يبذلوا جهدًا مضنيًا حتى يفوزوا بهذا الشرف!

إذا كانت عيناك ضيقتين، فأنت حذر بشأن قدر ما ينبغى أن تبوح به عن ذاتك الداخلية حتى فى علاقاتك الحميمة. وأنت لا تعبر عن انفعالاتك بسهولة لأنك إما تراها سطحية، أو من السخف أن تعبر عنها. أنت تستشعر الأشياء بعمق، ومع ذلك تجد صعوبة فى التعبير عن انفعالاتك فى الوقت المناسب؛ لذلك فإن وقوعك فى الحب يستغرق منك وقتًا أطول، ولكن ما إن يحدث فإنك تستسلم بكامل كيانك له.



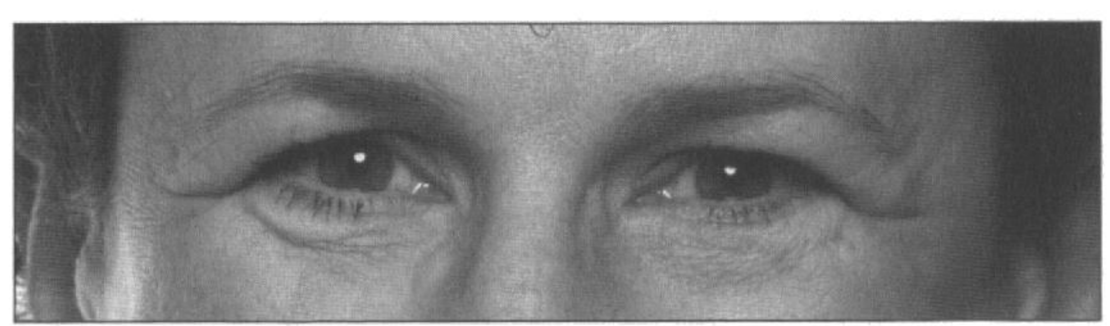
الشكل٦٢: العينان الضيقتان تدلان على شخصية أقل انفتاحًا فى انفعالاتها وعواطفها.

موضع العينين

على الرغم من أهمية اتساع تحكم الفرد فى نظرة عينيه، فإنه أحيانًا ما يكون مدى غور العينين أو بروزهما الطبيعى على الوجه هو المهم. وإذا لم تكن تعرف مدى غور وبروز عينيك، فهناك اختبار يساعدك على اكتشاف ذلك. ارفع إصبع السبابة رأسيًا أمام إحدى عينيك وقربه إليها حتى يصبح طرفه العلوى محتكًّا بحاجبك وطرفه السفلى على خدك (يمكنك أن تغلق عينيك إذا شئت). استشعر مقلة عينك، فإن لم تشعر بها تكون عيناك غائرتين، أما إذا شعرت بها، فإن عينيك بارزتان للخارج. وهذا يمنحك بعض المعلومات عن أسلوبك فى التواصل مع الآخرين.

والعينان البارزتان تشبهان العينين المفتوحتين السابق شرحهما؛ حيث تدلان على أن صاحبهما شخص يتأمل ذاته، ويقترب كثيرًا مما يدور بداخله، وتدلان أيضًا على تفتحه وقبوله لآراء الآخرين. وهذه صفة رائعة، أما إذا كنت تتأثر بسهولة بما يقوله أو يفعله الآخرون، فإن هذا سيعرضك للكثير من المشكلات أيضًا.

أما إذا كانت عيناك غائرتين (الشكل٦٣)، فأنت شخص متحفظ أكثر من غالبية الناس، بل إنك أكثر من ذوى العيون الضيقة من حيث عدم مشاركة الآخرين مشاعرك وأفكارك، وتقيم الأمور فى خصوصية وهدوء ولا تميل إلى إقحام الآخرين فى شئونك. كان لأحد عملائى هاتان العينان؛ حيث قال لى وهو يبتسم ابتسامة ماكرة: "سوف أدعك تتكلمين وتتكلمين ولكن لن تستطيعى أبدًا معرفة ما أفكر فيه ".

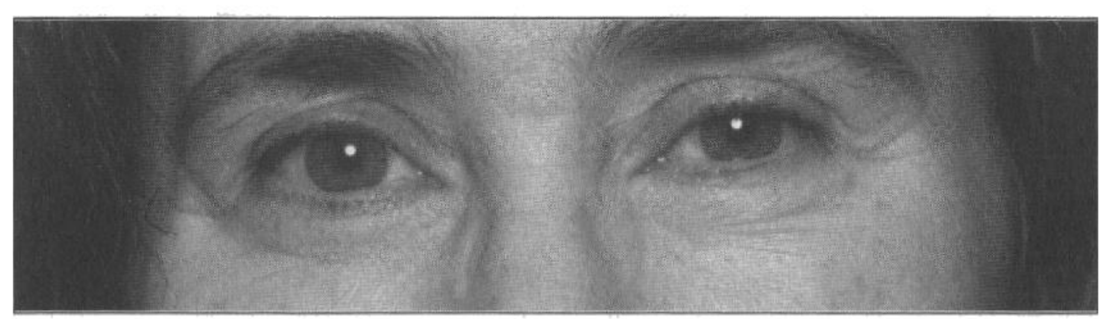


الشكل٦٣، العينان الغائرتان دليل على حب الخصوصية.

إذا كانت عيناك غائرتين وضيقتين معًا، فمن المؤكد أنك تجد صعوبة بالغة فى التواصل مع الآخرين والتعبير لهم عن أفكارك وانفعالاتك. ربما كانت لديك انفعالات مكبوتة ترى أنك لا تستطيع البوح بها، أو أنهم لن يفهموك أبدًا. وعادة ما يكون مثل هذا الشخص شديد الشك فى كل من يقابله، أو يجد صعوبة كبيرة فى أن يثق فى أى شخص.

ميل العينين

يكشف ميل العينين أيضًا عن معلومات مهمة. ويمكنك تحديد زاوية ميل العينين بقياس مدى ارتفاع الجانبين الخارجيين لهما عن الركنين الداخليين. ارسم خطًا وهميًا يبدأ من الجانب الداخلى لعينيك ويسير مستقيمًا حتى يصل إلى الجانب الخارجى لهما. يتساوى مستوى الجانبين لدى أغلب الناس، أما إذا كان الركن الخارجى أعلى من الداخلى (الشكل٦٤)؛ فهذه علامة على التفاؤل والمهارة عمومًا، ومن المحتمل أن يتميز صاحب هذا الملمح أيضًا بالطموح واغتنام الفرص؛ لأنه لماح ويرى أكثر من إمكانية فى الموقف الواحد.



الشكل٦٤: العينان المائلتان إلى جهة الخارج تدلان على شخصية تتميز بالمهارة والإيجابية.

وإذا كان الركن الخارجى لعينيك منخفضًا عن الركن الداخلى (الشكل٦٥)، فهذه علامة على أنك شخص طيب للغاية، وفى خطر أن تُستغل بسبب طيبة قلبك. وهاتان العينان تبديان ميلًا نحو التشاؤم والحزن الذى يجعلك تستسلم بسهولة.





الشكل٦٥ : العينان المنخفضتان من جهة الخارج تدلان على شخص طيب، لكن يغلب عليه التشاؤم.

وهناك بضعة أشياء أخرى من المهم أن نتعلمها، خصوصًا من النظر إلى الجفون التى تبين بوضوح مدى إدراكك للآخرين وقدرتك على التصرف فى أى موقف.

الجفن السفلى للعين مرآة تعكس أسلوب صاحبه فى التعامل مع الآخرين واستجابته لهم، فإذا كان مقوسًا (الشكل٦٦)، فصاحبه شديد الاهتمام بتعاملاته مع الناس. ونؤكد هنا مرة أخرى أن أية استدارة فى أى ملمح تعنى مزيدًا من الدفء واللباقة فى التعامل مع الآخرين. يدل هذا الملمح على أن صاحبه يريد لكل من يتعامل معهم أن يحققوا نتائج إيجابية، ويستهدف الطيبة فى جميع علاقاته.



الشكل٦٦ : جفن سفلى مقوس يبدى المزيد من التفتح والدفء فى التعامل.

وعلى العكس من ذلك، فإذا كان الجفن السفلى لعينيك مستقيمًا (الشكل٦٧)، فأنت تعالج المواقف بأسلوب عقلانى ومنطقى، وتحاول أن تنحى الانفعالات. وأثناء المفاوضات لا تغفل أهمية التركيز على أفضل الطرق التى تساعدك على تحقيق هدفك، ودائمًا ما تركز عقلك على النتيجة النهائية للتفاوض. إذا كنت شريكًا لشخص جفنه السفلى مستقيم، فاعلم جيدًا أنه لن يهتم كثيرًا بمدى تأثير النتائج النهائية عليك.



الشكل٦٧ ، الجفن السفلى المستقيم يدل على سيطرة المنطق على الانفعالات.

إذا تهدل الجفن العلوى وغطى جزءًا من قزحية العين (الشكل٦٨) ، فصاحبه شخص منصف وموضوعى، ويراعى وجهات نظر الآخرين. ومع ذلك، فقد يكتم مشاعره الخاصة، ربما تفحص من تتعامل معه فحصًا جيدًا قبل أن تقرر إن كنت ستشاركه أفكارك أم لا. وإذا زاد تدلى جفنك العلوى، فأنت شخص يحافظ جدًا على خصوصياته، وقد لا يعرف معظم الناس أبدًا حقيقة ما يدور بداخلك.



الشكل٦٨ ، الجفن العلوى الذى يغطى جزءًا من القزحية يدل على شخص متحفظ.

خطوط الفرح

كثير من الناس لديهم خطوط على جانبى العينين جرت العادة على تسميتها "أقدام الغراب" (الشكل٦٩). وتسمى هذه الخطوط فى الطريقة الصينية لقراءة الوجه "خطوط الفرح" وهى تنتج عن ذلك الانفعال الرائع للعنصر النارى المتمثل فى ابتسامات وضحك. لا شك أن هذا النوع من التجاعيد نرغب جميعًا فى أن يكون لدينا.



الشكل ٦٩: التجاعيد على جانبى العينين هى خطوط الفرح.

الأشخاص الناريون عمومًا يصابون بالتجاعيد أكثر وأسرع من معظم الآخرين؛ وذلك لأن طبيعتهم السريعة تتقلب بين كثير من الانفعالات فى وقت قصير جدًا! ولأن العنصر النارى معنى بالتواصل؛ فإن هذه المشاعر سينتج عنها الكثير من التعبيرات التى تصبح بدورها سببًا للتجاعيد. ولكن الأخبار السارة هنا هى أن معظم التجاعيد ترتبط بالإثارة والبهجة، وستظهر حول عينيك وفمك نتيجة للابتسام، والضحك، والتعبيرات المبالغة الناتجة عن الحيوية والمرح.

البياض بجانبى العينين

عندما تنظر إلى عينيك مباشرة فى المرآة ترى الطبقة الصلبة لهما، أو البياض على جانبى القزحية، لكنك أحيانًا ما ترى بياضًا أسفل القزحية أو أعلاها أو فى كلا المكانين. وهذه الحالات – عمومًا – تدل على عدم توازن العنصر النارى نتيجة النشاط الزائد للجهاز العصبى للشخص. لقد استنفدت طاقة عنصر النار لديك مما نتج عنه إصابتك بضغوط حادة. فى مثل هذا الموقف، يسلك المرء بدافع رد الفعل القوى، ويصبح بالغ الحساسية، والتأثر، بل ربما فقد القدرة على التفكير العقلانى. وغالبًا ما تكون هذه حالة مؤقتة ناتجة عن التوتر، أو الإجهاد، أو المرض. إذا رأيت هذا البياض فى عينيك، فهذا دليل على حاجتك إلى أن تأخذ وقتًا للراحة وتجديد نشاطك حتى تستعيد توازنك.

فى اليابان يسمون هذا الملمح "سانباكو"، ويعتبر علامة على أن صاحبه يواجه خطر الموت، وهى نفس نظرة الطريقة الصينية التقليدية لقراءة الوجه لهذا العرض. ومع ذلك فأعتقد أنه لو كان هذا صحيحًا لكان الكثيرون من عملائى قد قضوا نحبهم! ولكن الحقيقة أن بياض جانبى العينين دليل على التعرض

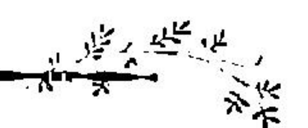
للضغوط العالية، واحتمالية التعرض للحوادث، وسهولة الإصابة بالأمراض؛ وهذا قد يفسر اقتران البياض فى أى مكان حول العينين باحتمال الموت. وإذا أصررت على مواصلة إهدار طاقة عنصر النار بهذا الشكل، فسيؤدى هذا – على المدى البعيد – إلى استهلاك طاقة "الينج" لديك، وهى مخزون الطاقة التى شرحتها فى الفصل الخاص بعنصر الماء، ونفاد مخزون هذه الطاقة يقصر الحياة.

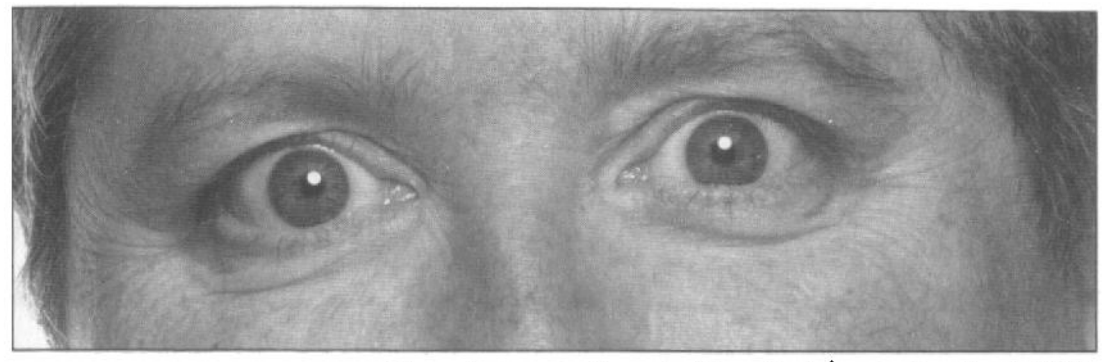
إذا كان البياض أسفل عينيك مرئيًا بوضوح (الشكل٧٠)، فهذا دليل على عدم توازن حالى فى عنصر النار، والذى ينتج عن الضغوط والعمل الزائد. وقد يدل أيضًا على نشاط زائد أو بالغ فى الجهاز العصبى مما يؤدى إلى ارتفاع القلق أو التعرض لنوبات هلع. إذا كانت هذه هى حالتك؛ فهذا معناه أنك قد أصبحت فريسة للقلق، وواقع تحت ضغوط، وتتعامل مع الأمور بمحمل شخصى. وإذا بلغت الحالة مداها فهذا يعنى أنك على حافة اللجوء للعنف.



الشكل٧٠، ظهور بياض العين أسفل القزحية من أعراض التعرض لضغوط شديدة.

وعندما يكون البياض أعلى عينيك مرئيًا (الشكل٧١)، فهذا دليل على أن عنصر النار فى حالة انعدام توازن وبنفس قوة الحالة السابقة، ولكن خطورة هذه الحالة أقل، وفى أغلب الأحوال فإن هذه الحالة مزمنة وتدل على شعور مستمر بالقلق الحاد. صاحب هذا الملمح شديد الحساسية فى علاقاته ويعامل مع الأمور بمحمل شخصى. وتتضمن هذه الحالة أيضًا احتمال أن صاحبها فى طريقه للعصبية المفرطة، بل والهيستيريا، وقد تؤدى على المدى الطويل إلى الإصابة بحالات أكثر خطورة من الاضطراب الانفعالى.





الشكل ٧١ ظهور البياض أعلى قزحية العينين يدل على ضغوط مزمنة.

بعد أحداث الحادى عشر من سبتمبر ٢٠٠١، وعندما نشرت صور الإرهابيين منفذيها فى الصحف أذهلنى مدى تأكدى من هذا الأثر؛ فقد كانت نسبة كبيرة منهم يظهر بياض عينيه بوضوح فى ثلاثة جوانب من أعينهم. لم تلتقط لهم هذه الصور قبل أن يستقلوا الطائرات مباشرة بالطبع؛ فقد كانت صور التأشيرات وجوازات السفر التى التقطت لهم قبل هذا اليوم المأساوى بفترة طويلة، ومع ذلك فقد ظهر عليهم تعرضهم لضغوط حادة، واستعدادهم – إن لم تكن رغبتهم – فى الموت. لقد كان منظر أعينهم مرعبًا.

وإذا ظهر البياض أعلى العينين وأسفلهما؛ أو بعبارة أخرى: إذا رأيت البياض يحيط بالعينين من كل اتجاه، فهذا إما دليل على الجنون أو العبقرية. إن هذا انفجار كامل لطاقة عنصر النار، وليس من الممكن أن يبقى فترة طويلة دون أن يتعرض للدمار.

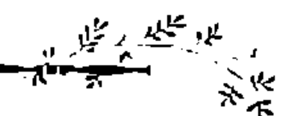
منذ سنوات قليلة نشر الكثير عن "جنيفر ويلبانكس" – العروس الهاربة – التى وقعت فريسة لمثل هذه الضغوط لدرجة أنها هربت قبل زفافها؛ مما أصاب أفراد أسرتها وأصدقاءها بالكرب وسبب إزعاجًا شديدًا للسلطات المحلية. لم يكن أحد قد رأى وجهها إلا بعد أن عادت لمنزلها، لكن لحظة أن رأيت عينيها أدركت حجم الضغوط التى كانت تعانى منها. لقد كان البياض شديد الوضوح فى عينيها ويحيط بقزحيتها بالكامل، لكننى اطمأننت بعد أن علمت أنها خضعت بالفعل للعلاج، وسيكون من الدلائل على تماثلها للشفاء التغير فى شكل بياض عينيها.

وبالنسبة للشخصيات العامة فإن علامات الـ "سانباكو" يعتقد أنها تعنى احتمال تعرضهم لمحاولة اغتيال أو حادث مميت؛ فهناك صور رسمية لـ "أبراهام

لنكولن"، و"جون كنيدى" تبين هذا بوضوح. ويقال إن البياض قد لوحظ يحيط بأعين كل من "روبرت كنيدى"، و"مارتن لوثر كينج"، و"جون لينون" قبل وفاتهم بوقت قليل، إلا أننى لم أر أية صور يعتمد عليها لتأكيد ذلك.

وبعيدًا عن التبريرات المنطقية التى تقول إن الزعماء ربما يتعرضون للحوادث بسبب الضغوط الهائلة التى يقعون تحتها، فإن هناك نظرية تفسر سبب تعرضهم لمخاطر الاغتيال. تقول هذه النظرية إن المسئوليات والأعباء الملقاة على عواتقهم تؤدى إلى إصابتهم بالضعف والضغوط، وعندما يصل لهذه الحالة يستطيع الجمهور لاشعوريًا قراءة علامات الضعف والضغوط على وجوههم كما تفعل الحيوانات فى البرارى. فى عالم الطبيعة عندما يضعف زعيم القطيع يظهر هذا البياض حول قزحية عينيه، وحينما يدركها أحد أفراد القطيع يهاجمه ويقتله. وعلى الرغم من أن هذا يبدو مريعًا إلا أنه – فى الواقع – يضمن سلامة المجموعة التى تمس حاجتها إلى زعيم قوى لتستطيع البقاء. ومن هنا، فإن المختل عقليًا لديه الاستعداد لممارسة العنف لأنه يتحرك وفقًا لما تمليه عليه "غرائزه الحيوانية" دون ضابط لنزواته، وعندما يلاحظ مثل هذا البياض حول عينى شخصية عامة، فربما تمثل رد فعله الغريزى فى الاعتداء على هذه الشخصية العامة.

ومع ذلك، فإن وجود هذا الملمح لدى شخص متزن فى حياة عادية يعنى أنه بحاجة إلى فترة راحة يسترد فيها صحته ويعيد تنظيم حياته. أثناء إلقائى محاضرة فى نيويورك جاءتنى امرأة صينية مسنة فى نهاية المحاضرة والدموع تنهمر من عينيها، وقالت لى إنها ذهبت قبل عشر سنوات إلى قارئ وجوه فى الحى الصينى بالمدينة، فأخبرها بأن عينيها تشبهان عينى "جون كنيدى" مما يعنى أنها على وشك الموت. ومنذ هذه اللحظة وهى تعيش فى مسلسل رعب متصل بانتظار قدرها المحتوم، ثم قالت لى وهى تنتحب إن تفسيرى لمثل هذه الحالة للعينين أوضح لها حقيقة الأمر، وحررها من هذا الكابوس المريع الذى ظل يهددها لعدة سنوات. هل تتخيل فظاعة ذلك؟!



أنواع الشعر

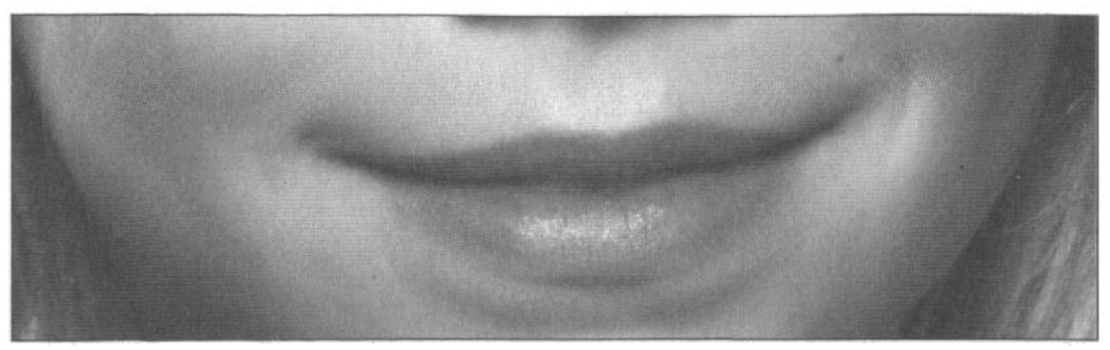
إذا كان شعرك أحمر اللون أو بنيًّا فاقعًا واضحًا، فأنت تنتمى لعنصر النار. والشعر المجعد أيضًا يعنى أن هذا العنصر هو الغالب على شخصيتك، وأود أن أوضح أننى أعنى الشعر شديد التجعيد، أما إذا كان شعرك مموجًا فهذا أحد ملامح العنصر المائى. أجل.. إن لون شعرك ومدى تجعده يضيف الكثير إلى عنصر النار فى شخصيتك؛ وهذا لأنه سيجعلك تلجأ لتسريحة شعر غريبة أو تجعله حادًا بارز الأطراف. وبالإضافة إلى هذا، فإن الصلع أو نحول الشعر من العلامات الدالة على العنصر النارى، وكأن الشعر قد التهمته الحرارة الداخلية، وبالمثل فإن حلق رأسك بالموس يزيد من عنصر النار إلى طبيعتك.

أطراف الملامح

لهيب النار يلفح كل ما يقترب منه ويبرى أطراف الأشياء؛ لذلك فإذا كنت تنتمى لهذا العنصر، فإن طرف واحد أو أكثر من ملامحك مدبب أو حاد. وهذا سيضيف أثرًا آخر لعنصر النار فى تعامله مع أى عنصر آخر؛ فالقابلية للإثارة التى تميز العنصر النارى – مثلًا – ستضاف إلى أية انفعالات أخرى ترتبط بأحد أعضاء الجسم.

— **الآذان المدببة:** هذا النوع من الآذان ليس شائعًا، لكن وجوده يعنى غلبة الانفعالات الحادة والمتقلبة على صاحبه. وبما أن الآذان ترتبط بعنصر الماء فإن أقوى الانفعالات التى تؤثر على أصحاب هذه الآذان هو الخوف، الذى إذا أضيف إلى عنصر النار يؤدى إلى شعور بالهياج النارى عندما يحس الفرد بالخوف كأن يبالغ فى رد فعله، أو فى الانزعاج، أو يتخذ قرارًا غير صائب يستند فى اتخاذه إلى القلق أو جرح المشاعر.

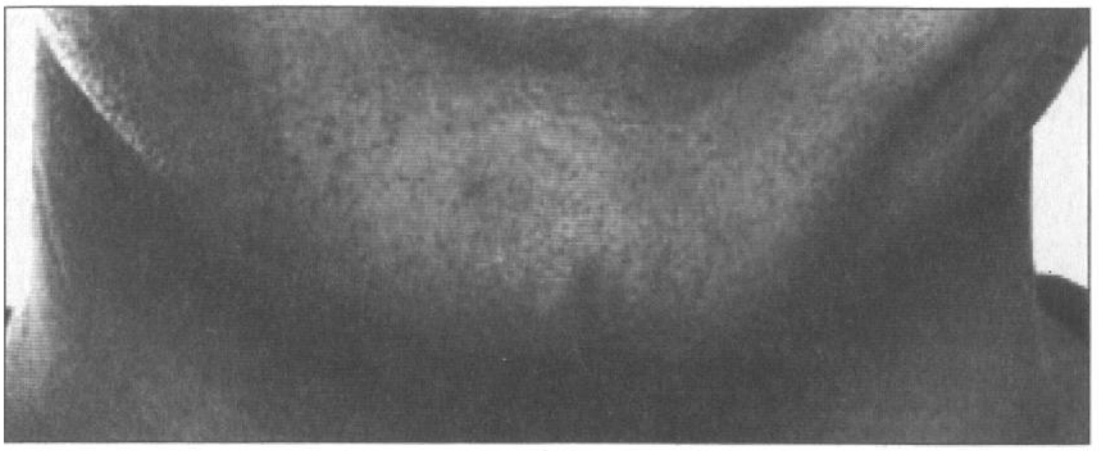
— **جوانب الفم الحادة:** يشير هذا الملمح (الشكل٧٢) إلى وجود درجة عالية من عنصر النار فى شخصيتك قد ينعكس على علاقاتك أكثر من انعكاسه على أى شىء آخر. وسواء كان فمك حادًا أم لا، فإن جوانب الفم المقوسة لأعلى عندما يكون الفم مسترخيًا تدل على نظرتك الإيجابية بالفطرة للأمور، وهى ميزة علينا جميعًا أن نحاول تنميتها.



الشكل٧٢: الفم حاد الجانبين علامة على عنصر النار.

— **انقسام الذقن:** على الرغم من أننا تحدثنا عن هذا الملمح فى فصل عنصر الماء إلا أن الذقن التى بها انقسام أو غمازة فى وسطها هى فى الحقيقة من سمات العنصر النارى لأنها توجد فى طرف الذقن (الشكل٧٣). إذا كان لديك هذا الملمح، فإن لديك رغبة قوية فى أن تحظى بالاحترام والتقدير، وهذه الرغبة تتجلى فى مظاهر متعددة؛ فقد تكون الشخص الذى يألفه الناس ويحبون صحبته بسبب خفة ظله، أو تكون ممن يطلق عليهم "فكاهة المجلس". ومع ذلك، فقد تكون أيضًا شخصًا منبسطًا يحب جذب الانتباه، أو "مبهجًا" يرغب فى أن يحبه الجميع، أو قد تكون – ببساطة – شخصًا لديه رغبة قوية فى إظهار جهوده. لا تظن أن هذه الصفة رغبة مغرورة لجذب الانتباه، بل على العكس من ذلك، فهناك رغبة متأصلة فى بداخلك لن تشعر بالسعادة إلا إذا أشبعتها.

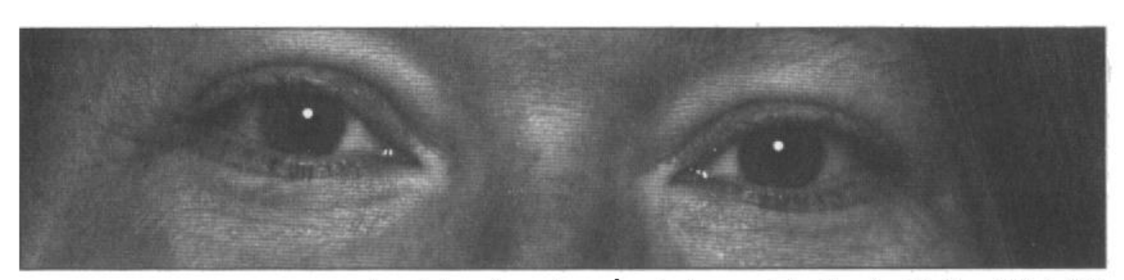
من المثير أن تلاحظ عدد المشاهير ممن لديهم ذقون منقسمة. عندما تشاهد التليفزيون والأفلام السينمائية ستلاحظ أن نسبة كبيرة من الممثلين ينطبق عليهم هذا الوصف، بل حتى فى تقديم البرنامج التليفزيونى المسائى "رأى الشارع" دائمًا ما ينتهى بهم الحال إلى استضافة مواطن يتصف بهذا الملمح. وهنا أيضًا نرى كيف تتجلى طاقاتنا تلقائيًا فى هذا العالم دون أن يتطلب منا ذلك أن نبذل أى مجهود.



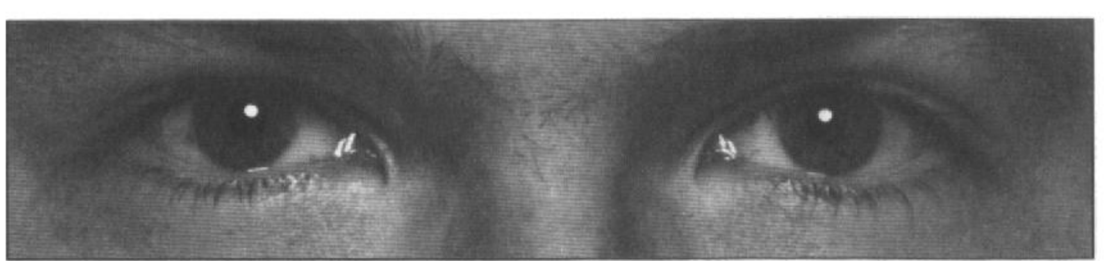
الشكل٧٣ : الذقن المنقسمة تدل على شخصية مؤذٍ، أو ممثل.

— **حدة الجوانب الداخلية للعين:** وهذه علامة أخرى دالة على عنصر النار؛ لأن العينين يرتبطان بأسلوب التواصل والقدرة؛ ويدلان على طريقة تحدث صاحبهما مع الآخرين. وإذا كانت الجوانب الداخلية لعينيك حادة مدببة (الشكل٧٤) ، فهذا يعنى أنك دقيق جدًا فى تعاملاتك مع الآخرين، أو قد توصف بأنك "حاد اللسان"؛ لأنك عندما تهتاج تسلق الناس بلسان حاد أو قد تجد صعوبة فى التعبير عن مشاعرك بأسلوب لائق.

وإذا كانت الجوانب الداخلية للعين حادة ومقوسة لأسفل كخطاف (الشكل٧٥) ، فهذا دليل بارز يدل على سلاطة اللسان، وعندما يشعر صاحب هذا الملمح بالضيق الشديد، يكون مستعدًا تمامًا لإيذاء وردع من أساءوا إليه بألفاظ جارحة.

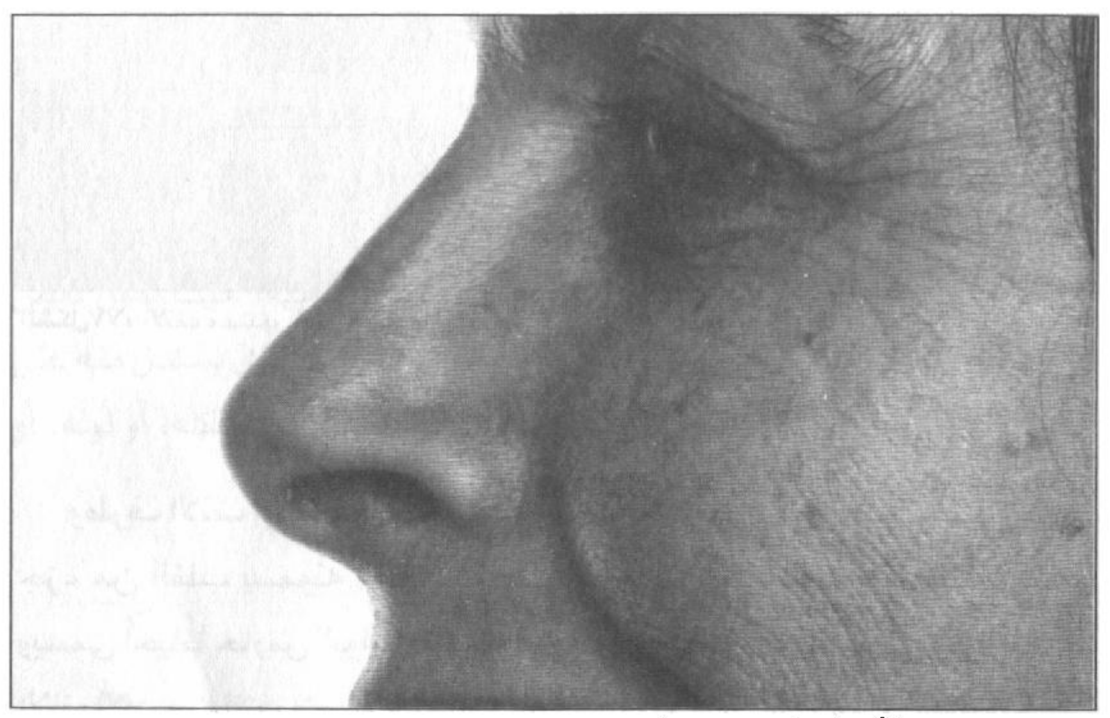


الشكل٧٤ ، جانبا العينين الحادان يشيران إلى أن صاحبهما "حاد اللسان".



الشكل٧٥ ، جانبا العينين الخطافيان يدلان على استعداد صاحبهما للتحرش بالآخرين.

— **طرف الأنف الحاد:** إذا كانت أنفك ذات طرف حاد (الشكل٧٦)، فهذا يدل على ميل للفضول، بمعنى أن صاحبها يحب دائمًا أن يسأل: "لماذا؟" ويسعده أن يتقصى حقيقة الأشياء بالتفصيل. وقد يكون هذا الملمح دليلًا أيضًا على أن صاحبه لا يثق كثيرًا في الآخرين.



الشكل٧٦: طرف الأنف الحاد يدل على طبيعة فضولية.

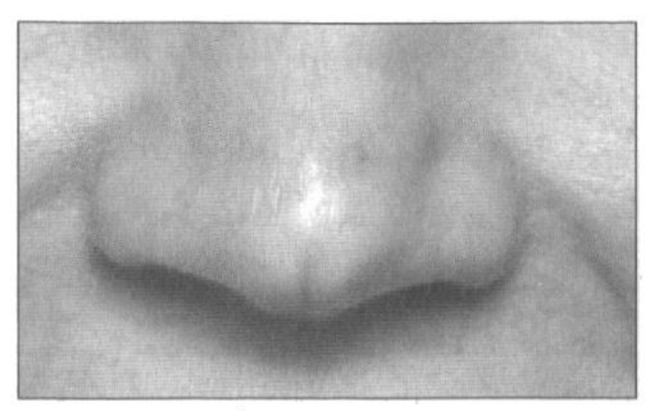
وإذا كان طرف الأنف ممتلئًا أو مستديرًا (الشكل٧٧)، فهذه علامة على أن صاحبه شخص يتلذذ بمباهج الحياة، ومن ذلك استمتاعه بالطهي، وجمع العملات والطوابع، وتأسيس منزل مضياف.



الشكل٧٧ : الأنف مستدير الطرف يعكس الانغماس فى مباهج الحياة.

وطرف الأنف أيضًا هو مقياس مدى التأثر الانفعالى. فى الطب الصينى هناك جزء من القلب يسمونه "حارس القلب"، وهو يرتبط بالغشاء المحيط بالقلب، ويسمى أحيانًا حارس "بوابة المشاعر"، وتتمثل مهمته الأساسية فى حماية مركز الانفعالات من التعرض للأذى. إذا كان هذا الحارس قويًا معافى فسيفتح باب القلب للمؤثرات النافعة؛ أى إنه لن يسمح بالمرور إلا للأشياء التى تسهم فى زيادة الصحة والنمو، أما الأشياء الضارة فسيقصيها. أما إذا كان هذا الحارس ضعيفًا فستواجه مخاطر التعرض للإصابة بالمؤثرات الضارة.

إذا رأيت خطًا رأسيًا على طرف أنفك (الشكل٧٨)، فهذا يعنى أنك شخص صريح وقد تعرضت (أو ستتعرض) بسهولة لجرح المشاعر فى علاقاتك مع الآخرين. إذا ظهرت هذه العلامة فى فترة قصيرة من الزمن، فهذا يعنى أن مشاعرك قد جرحت أو أن قلبك قد انكسر مؤخرًا.

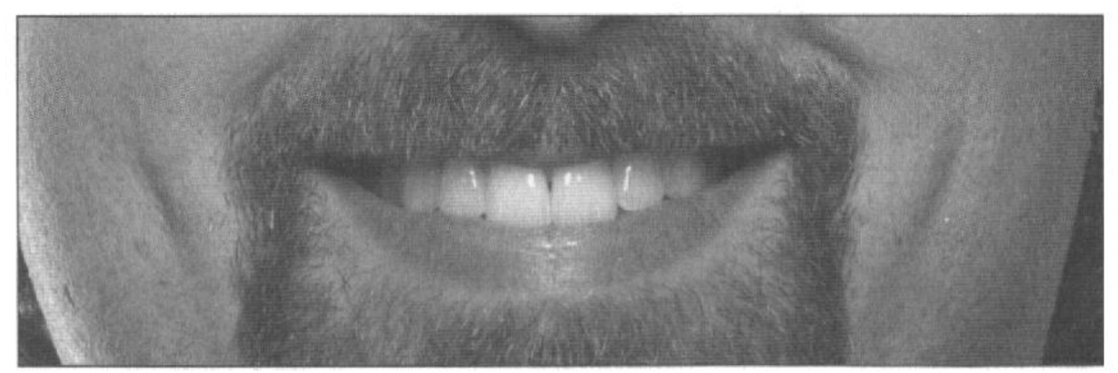


الشكل٧٨ : الوهدة على طرف هذه الأنف تدل على الضعف الانفعالى.

تذكر أن هذا الملمح قد يفيد فى معرفة حالتك الصحية؛ حيث يقول بعض المتخصصين فى الطب الصينى إن طرف الأنف هو الموضع الذى يستدل منه على صحة القلب؛ لذلك فإن أية تغيرات تطرأ عليه سواء من ناحية شكله، أو لونه، أو العلامات عليه قد تكون أعراضًا لمرض فى القلب.

الغمازات

وأخيرًا، فإن الغمازتين فى الخدين (الشكل٧٩) علامة أخرى على أن صاحبهما يتحلى بدرجة زائدة من السحر والجاذبية!



الشكل٧٩ الغمازات علامة على انتماء صاحبهما للعنصر النارى.

العنصر النارى: من أنت؟ وما رسالتك فى الحياة؟

من أنت، وكيف يمكنك أن تحب ذاتك الحقيقية؟ كيف يمكنك أن تمهد الطريق لإظهار رسالتك الحقيقية فى الحياة؟ لابد - أولًا - أن تسمح لجوهر طبيعتك الخشبية بأن يترعرع لتؤدى الدور المنوط بك فى هذا العالم. إذا كنت تنتمى للعنصر الخشبى حقًا، فإن طبيعتك الحقيقية طبيعة تحمل فى طياتها حيوية فائقة وقلبًا ينبض بالحياة، وأقوى رغباتك هى أن تعيش مع الآخرين فى جو يشع بالمرح والدفء؛ فالمودة والتقارب العاطفى هى ما تعيش وتتنفس من أجله؛ فلا تحرم نفسك من ذلك.

أوجد طرقًا لتوظيف أقوى قدراتك الحقيقية، والمتمثلة فى: روحك المشرقة، ورغبتك فى علاقات حميمة، وقدرة حقيقية على إلهام الآخرين. لا تكبت هذه الطاقة عند فورانها، بل اعترف بضعفك الناتج عنها، وفى نفس الوقت تحلَّ بالفهم الذى يجنبك تعرض مشاعرك للجرح. امنح نفسك حياة ملؤها التنوع، والتغيير، والكثير مما يجعل فورة الحيوية تسرى فى أوصال بدنك. عندما تترك طاقة العنصر النارى لديك تتدفق، فستحقق التوازن فى حياتك، وستكتشف لديك قدرات وإمكانات لم يسبق لك أن حلمت بها.



العنصر الترابى ـ التغذية والدعم

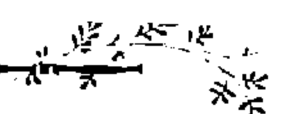


فى هذا الفصل سأقدم المفاهيم الأساسية للعنصر الترابى وكيفية التعرف عليه، ولكن دعونى فى البداية أقدم لكم قائمة موجزة عن خصائص العنصر الترابى:

- **الطاقة :** تتحرك لأسفل، مستقرة، تمثل فترة ما بعد الظهر، وأواخر الصيف، وأوائل الخريف، ومنتصف العمر.

- **السمات:** معطاء، يهتم بالغير، خيِّر، لبق، عطوف، قلق، متردد، صبور، ودود، يراعى شعور الآخرين، متسامح، ثابت، فى حالة جمود، محتاج، مشفق على نفسه، يبالغ فى حماية الآخرين، مبالغ فى مشاركة الآخرين، داعم، طيب، متواضع، يعتمد على غيره، يركز على أسرته وأصدقائه.

- **الملامح الرئيسية :** الفم، المنطقة السفلية من الخدين، قنطرة الأنف، المنطقة بأعلى الشفة العليا، الجفن العلوى.



- **أعضاء الجسم:** المعدة، الطحال، البنكرياس.

- **عضو الإحساس:** الفم.

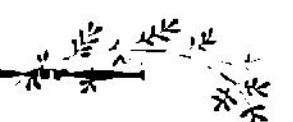
الملامح التى ينبغى أن تبحث عنها

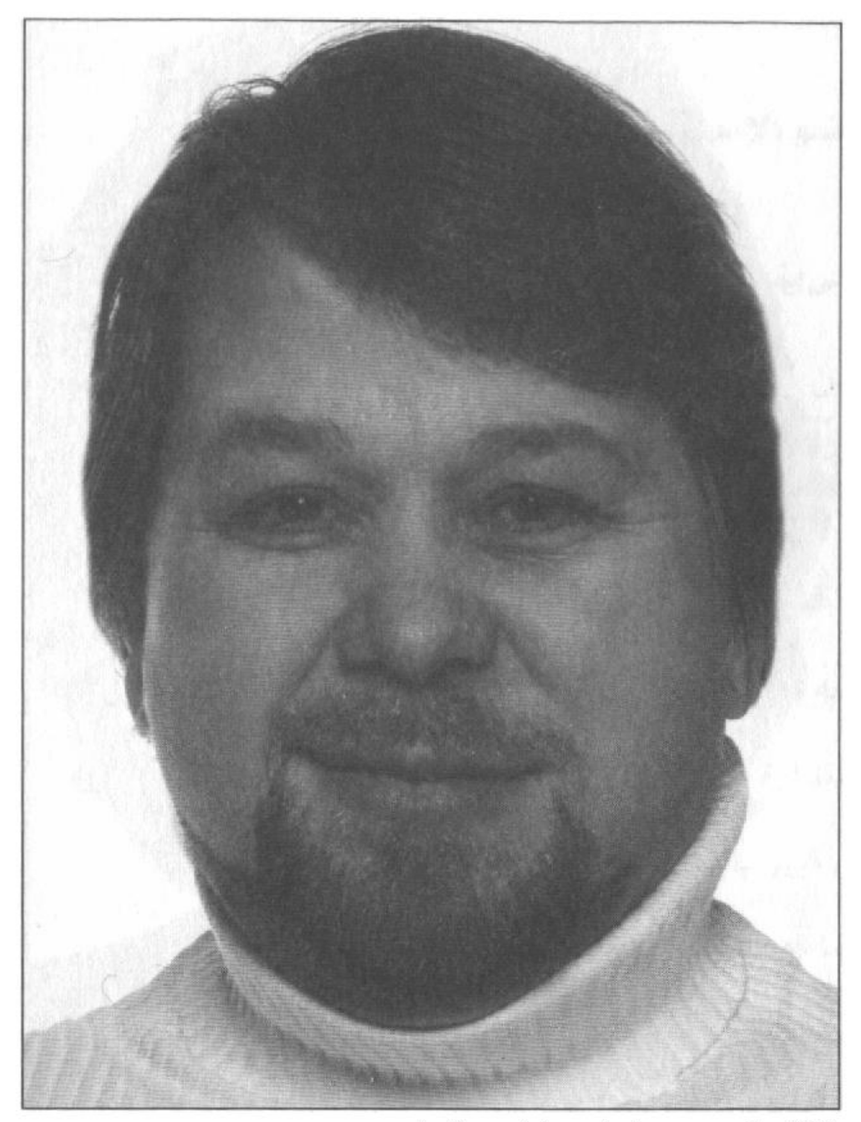
ليس من الضرورى أن يكون لديك *كل* الملامح التالية حتى يلعب العنصر الترابى دورًا مؤثرًا فى حياتك؛ فأى من هذه الملامح سيوضح أنه عامل مؤثر فى شخصيتك، وكلما ازدادت هذه العوامل لديك، زادت غلبة العنصر الترابى على طبيعتك:

- وجه مستدير.
- استدارة الجسم، وخاصة منطقة المعدة.
- فم كبير بالنسبة لباقى الملامح.
- شفاه ممتلئة.
- نعومة أو امتلاء الجزء السفلى من الخدين مع استدارته.
- ضخامة الثديين لدى السيدات وعضلات الصدر لدى الرجال.
- بطن الساق ممتلئة.
- لون البشرة أصفر خفيف.



الشكل ٨٠: وجه سيدة تنتمي لعنصر التراب





الشكل٨١، وجه رجل ينتمى لعنصر التراب

لكن كيف تعرف أن العنصر الترابى هو المكون الرئيسى لشخصيتك؟ انظر إلى أقوى ملامح وجهك وأكثرها حضورًا. قد لا تتوفر لديك كل أو معظم الملامح على القائمة السابقة، ومع ذلك إذا كان وجهك مستديرًا، أو شفتاك ممتلئتين؛ فإن هذا العنصر من مكونات شخصيتك، وكلما ازدادت الملامح المعدنية لديك قوة، زاد المكون المعدنى فى شخصيتك.

ومن مشاهير الشخصيات المنتمية لعنصر التراب: "رينيه زيلويجر"، و"هيلارى كلينتون"، و"أوبرا وينفرى"، و"روزى أودونيل"، و"دوللى بارتون" (والأخيرة تمثل عنصرى النار والتراب معًا).

وإذا كنت أرضيًا صميمًا، فإن خديك ممتلئان، ويغلب على وسط جسمك الاستدارة بغض النظر عن وزنك. قد تكون عضلاتك ضخمة وأطرافك غليظة

خاصة قدماك. فمك كبير وشفتاك ممتلئتان مقارنة بباقى ملامح وجهك. قد يكون لون بشرتك أصفر فاتحًا لكن هذه الدرجة من اللون يصعب على المبتدئين فى قراءة الوجه ملاحظتها. إذا توافرت لديك كل هذه الصفات التى يندر أن توجد فى غير العنصر الترابى، فاعلم تمامًا أنك ترابى جدًّا!

شخصية العنصر الترابى

ترتبط طاقة هذا العنصر بوقت الحصاد عندما تنضج الثمار وتتساقط من على الأشجار ويحل وقت الاحتفال وإقامة الولائم وتغذية الجسم. إنها فترة مستقرة ليس بها الكثير من العمل والصراع، ويجتمع فيها شمل العائلة والأصدقاء ويلتقون ليأكلوا ويستمتعوا. إنها فترة ما بعد الظهر حيث تمتلئ المعدة بالطعام وتقل الرغبة فى العمل الجاد. هى فترة منتصف العمر؛ حيث حقق المرء الكثير مما كان يستهدفه، ولا يرغب الآن فى بذل الجهد المضنى.. هى فترة التوقف للراحة والدعة، وهضم الطعام وجنى ثمار العمل الشاق.

ويرتبط هذا العنصر بالصورة النمطية للأم التى من أهم مميزاتها رعايتها لأبنائها، وطبيعتها المعطاءة. والمنتمون لعنصر التراب أفضل الأصدقاء فى العالم لصدق اهتمامهم بك، ورغبتهم فى التواجد من أجلك دائمًا. إذا كنت تنتمى لعنصر التراب، فإن أكثر ما يشغل بالك هو *كيف تستطيع مساعدة الآخرين*. إن طبيعتك العطوفة والحنونة تجعلك تحول علاقتك العابرة بأى شخص إلى صداقة.

وتكمن قوة هذا العنصر فى بيته، وبين أفراد أسرته، وفى الراحة والأمان. وهو يستدعى لانتباهنا أهمية الترابط، والاستقرار، وتقبل (أفكار) الغير بما يجعلنا نتبادل دفء الحب فى حياتنا.

ومن السهل اكتشاف انتمائك لعنصر التراب إذا كنت تسارع إلى تقديم الطعام إلى من يحلون ضيوفًا بمنزلك بمجرد دخولهم، وإذا ظهر عليك الكدر إن اعتذروا عن الأكل. ويركز هذا العنصر على تغذية الآخرين ودعمهم؛ لأن لديه رغبة متأصلة فى منح الناس ومساعدتهم؛ وبهذا فإن من ينتمى لهذا العنصر شديد الاهتمام بالعلاقات، وتشغل عائلته وأصدقاؤه حيزًا هائلًا فى حياته،

وهو يحرص أيضًا على الاحتفاظ بألبوم صور وتخصيص كراسات ذكريات لكل شخص.

فى نهاية إحدى محاضراتى التى ألقيتها فى الغرب الأوسط بالولايات المتحدة، طلبت من الحاضرين متطوعًا لأقرأ له وجهه على سبيل التطبيق العملى. ارتفعت أيادى الحاضرين كالغابة فاخترت واحدة منهم يسهل وصولها إلى مقدمة الغرفة حيث أقف؛ فكانت سيدة جميلة جدًا من عنصر التراب. وعندما بدأت أشرح للحاضرين ما ألاحظه على ملامح وجهها لاحظت بجانب عينى أنها تزداد شعورًا بعدم الراحة. المعتاد فى مثل هذه المواقف أن يكتشف الشخص فجأة أنه قد تورط بتطوعه ليقف أمام حشد من الغرباء ليحدقوا فيه! راجعت فورًا كل ما قلته سريعًا خشية أن أكون قد قلت شيئًا غير لائق جرح مشاعرها، وخلصت إلى أننى قد أحرجتها بالأوصاف الرقيقة التى كنت أصفها بها!

عندئذ، كان من الواضح أنها تتململ فى وقفتها، وفى النهاية مدت يدها فى حافظتها، وعندما التفتُّ تجاهها مدت يدها نحوى لتعطينى قطعًا من الحلوى. كانت هذه المرأة التى تنتمى لعنصر التراب تحاول أن تطعمنى متوافقة تمامًا مع شخصيتها الحقيقية!

ويمتد هذا الدافع الملح للتنمية والتربية إلى مجال العمل أيضًا؛ فالمنتمى لعنصر التراب يراعى عمله ويهتم به، وعلى الرغم من تواضعه الشديد فى تقدير حجم مواهبه إلا أنه الشخص الذى يؤثر وجوده فى نجاح أو فشل أى مشروع. ذات مرة كنت أقدم استشارة خاصة لأحد أغنى رجال الأعمال فى أوربا، وكان ينتمى للعنصر الخشبى واشتهر بالبراعة فى الإتيان بأفكار مبتكرة؛ حيث لا يكاد يقيم مشروعًا إلا ويحقق أرباحًا بالملايين، ومع ذلك فقد كان بعد عام أو عامين يتحول إلى فكرة جديدة تشغله عن مشروعه السابق الذى يصبح عرضة للانهيار بعد أن يتجاهله. إن طاقة عنصر الخشب تجعله لا يطيق المكوث لفترة طويلة؛ لذلك ساعدته باستخدام قراءة الوجه على الاستعانة بشخص ينتمى لعنصر التراب ليعينه على إدارة مشروعه الجديد بما يضمن العناية اللازمة به ومواصلة ازدهاره.

ولأن المنتمى لعنصر التراب مخلص، وعطوف، ورقيق المشاعر فى علاقاته؛ فإنه يحتاج إلى الصادقين المنفتحين عاطفيًا؛ لأنه لا يرضى بأقل من علاقة كاملة مع غيره. إنه يفضل الجلوس مع الأصدقاء على أن يبقى وحيدًا، وحتى عندما

يخلو بنفسه، تراه يفكر فى الصديق الذى سيلتقى به بعد قليل. وهذا يشبه - تمامًا - الأم التى تفكر فى طعام العشاء أثناء غسل أطباق الإفطار.

لكن لكل عنصر بعض التحديات التى تواجهه، والتحديات التى تواجهك هى شعورك بالقلق الذى هو - فى الحقيقة - طاقة الأم القائمة على رعاية أبنائها والمشغولة دائمًا بالتفكير فى طرق تلبية احتياجات أبنائها. ومع ذلك، فقد ينتابك شعور بالكرب بسبب الأفكار والمشاغل مما يغيم على تفكيرك السليم. ويرتبط عنصر التراب - بدنيًا - بالمعدة وعملية الهضم؛ فالقلق هنا أشبه بفكرة لم "يهضمها" العقل جيدًا، والغالب على الشخص الترابى عدم معالجة الأفكار ثم التحرر منها، بل اجترارها على فترات.

والمنتمى لهذا العنصر قد يصبح محتاجًا، بل ومستاءً مع مرور الوقت، وهذه هى الصورة النمطية السلبية للأم: المبالغة فى التدخل فى شئون الأبناء، والمبالغة فى الاهتمام بالتفاصيل، والنكد، والتطفل. ولأنه يهتم بمن يحبهم؛ فقد يفرض نفسه على حياتهم الخاصة تمامًا مثل الأم التى تقيد حركة أبنائها مما يؤدى إلى شعور الجميع بالإحباط وسوء التفاهم وجرح للمشاعر. وإذا وصلت علاقته بمن حوله إلى طريق مسدود، فسيكون هذا رغمًا عنه ولن يكون سهلًا عليه أن يتجاوز هذه المحنة.

كانت إحدى عميلاتى وتنتمى لعنصر التراب قد خسرت إحدى صديقاتها للأبد لأنها كانت تفرض نفسها عليها. وكانت عميلتى هذه سعيدة للغاية لأنها صادقت إحدى جاراتها التى تشترك معها فى نفس الهوايات. فى البداية، كانتا تقضيان الكثير من الوقت معًا لكن عميلتى - بحكم انتمائها لعنصر التراب - لم تكن ترى أن هذا كافٍ لها. لذلك بدأت تفاجئ صديقتها الجديدة بزيارتها فى جميع الأوقات حتى دون دعوة، ولم يكن باستطاعتها التحكم فى رغبتها فى تعميق الصلة معها. وذات مرة أصيبت صديقتها بالبرد، فكانت تقف على بابها تحمل الحساء الذى أعدته فى المنزل، وترغب فى أن تطعمها بنفسها، لكن صديقتها كانت من النوع الذى يفضل العزلة أثناء المرض؛ لذلك رفضت أن تفتح الباب لصديقتها - عميلتى! وقد كدرها هذا جدًا، وأمطرتها بالاتصالات الهاتفية لتطمئن عليها وتحدد موعدًا للقائها. وكانت هذه هى القشة التى قصمت ظهر البعير؛ حيث أخبرتها صديقتها بانتهاء صداقتهما، فانتاب عميلتى إحساس مؤلم

بالذنب، وظلت لعدة أشهر منهمكة فى التفكير فى كيفية إعادة الصداقة إلى سابق عهدها.

تجاوز التحديات

عندما تفكر فى عنصر التراب، استحضر صورة التربة الصلبة، أو الجبل كصور للثبات الذى لا يتزعزع. إن من ينتمون لهذا العنصر لا يحبون التغيير، بل يحبون الثبات بما يمكن التنبؤ به. وأكثر الأوقات التى يشعرون فيها بعدم الراحة فى أعمالهم هى مراحل إعادة هيكلة مكان العمل أو التنقل. قد يحبون السفر، ومع ذلك فإن أفضل ذكرياتهم عن السفر تدور حول صداقة جديدة كونوها، والوجبات التى تناولتها فى هذا السفر، وسيحرصون على شراء أشياء تذكارية ليعرضوها فى منازلهم لتذكرهم بالرحلة التى قاموا بها. ونظرًا لحبك للاستقرار، وعدم التغيير؛ فمن المشاكل التى تواجهك أنك ستظل خاملًا فى الحياة أكثر من أى عنصر آخر. إنها طبيعة عنصر التراب الميالة للاستقرار لدرجة أنك عندما تستقر فى مكان يصبح من الصعب عليك أن تتركه لتذهب إلى مكان آخر. وهذا ينطبق على عملك أيضًا؛ حيث قد تظل فيه وقتًا أطول مما تستطيع أن تتحمل على الرغم من أنك لم تعد تجد متعتك فيه، وأنت تحب أيضًا أن تحافظ على علاقاتك لفترة طويلة وعدم التعامل مع مشكلات الحياة التى تتطلب منك التغير.

ولأنك تحب أن تحيطك الأشياء التى تفضلها (وبالتأكيد لديك الكثير من هذه الأشياء!)؛ فإنك تعانى من مشكلة تراكم هذه الأشياء خصوصًا إذا كنت أرضيًا صميمًا يحب شراء الأشياء القديمة النادرة. وعلى الرغم من أن موضة هذا العصر هى التخلص من الأشياء القديمة، إلا أنه ليس من الحكمة أن يحاول أصدقاؤك أن يساعدوك على التخلص من الأشياء القديمة فى منزلك؛ فهذا سيضايقك لأنك تحتاج لأشياء أكثر مما يحتاج إليها أى عنصر آخر؛ لهذا يجب التعامل معه بحرص فيما يخص هذه الجزئية. إننى أنصح أفراد هذا العنصر بالحرص على إيجاد أماكن للتخزين فى منازلهم؛ لأن شعورهم بالراحة يتوقف على إحساسهم بالأشياء مكدسة من حولهم.

ذات مرة طلب منى أن أحضر لاستشارة فنج شوى حتى أعقب على تشخيص سابق. وكانت الحالة لسيدة أرضية صميمة تعمل كاتبة تحقق كتبها أعلى المبيعات،

وكان أحدهم – من ترشيح صديقتها – قد عمل فنج شوى لمنزلها إلا أن ما سمعته أزعجها، فشعرت بضرورة إعادة فحص النتائج لتتأكد من عدم وجود خطأ. وعندما دخلتُ غرفة معيشتها قالت لى إن استشارى الفنج شوى السابق أخبرها بأن هذه الغرفة سبب المشكلات.

نظرت حولى فى الغرفة فرأيت مقعدًا مريحًا، ومسندًا للقدم فى مواجهة مدفأة كبيرة الحجم وجميلة وبها رف بمثابة معرض صور لكل من له صلة بها من أفراد العائلة والأصدقاء والأماكن التى زارتها، أما الحوائط فكان عليها أرفف مملوءة بالكتب.

سألتها فى أى شىء تستخدمين الغرفة، فقالت فى صوت مفعم بالعاطفة: "هذه الغرفة هى ملاذى الأمن. إننى آتى إلى هنا عندما أكون فى حاجة إلى إلهام، وكل هذه الكتب للكتاب الذين أفضلهم، وعندما أجلس هنا أشعر بأننى تغمرنى خلاصة حكمتهم".

وعلى الرغم من أهمية هذه الغرفة بالنسبة لها إلا أن الاستشارى السابق اعتبرها مكانًا غير منظم، ونصحها بضرورة التخلص من ثلثى محتويات الأرفف، وكان هذا أشبه لعميلتى ولى أنا أيضًا بعملية بتر! على الرغم من أن الكتب تمنح عنصرًا أرضيًا يتمثل فى الإشباع والامتلاء، لكنها لم تكن مبعثرة على الأرفف ومتراكمة فوق بعضها، بل الحق أنها كانت تشعر من يراها بتناسق عجيب لا يعلم سببه؛ لذلك راهنت نفسى أن استشارى الفنج شوى السابق كان صورة نمطية للعنصر الخشبى الذى يتسرع فى إصدار الأحكام، وكان يعتبر هذه الغرفة غير منظمة! أخبرت تلك العميلة ألا تغير أى شىء فيها.

وعلى الرغم من أهمية شعور العنصر الترابى بتراكم الأشياء من حوله، إلا أن هذا يسبب له مشكلة؛ فقد يكون سبب تراكم الأشياء هو الركود فى حياته، والذى يؤدى إلى مزيد من الركود، وقد يكون علامة على أنه يشعر بقلق زائد أو بعدم صفاء التفكير، ومن الممكن أيضًا أن يكون مؤشرًا على الاكتئاب.

من المحتمل أيضًا أن يعانى من ينتمى لعنصر التراب من "تكدس" فى الأفكار يعيقه عن إنجاز العمل؛ بمعنى عجزه عن الدقة والكفاءة كموظف الخزينة فى المتجر الذى ينهمك فى نقاش مع أحد الزبائن متجاهلًا من يقفون خلف هذا الزبون فى الصف. وحالة الارتباك أو التردد فى اتخاذ قرار – عمومًا – قد

تمثل مشكلة جوهرية لأفراد هذا العنصر، وقد يصيبه تكدس الأفكار هذا بالقلق الشديد.

وأخيرًا فإن الشعور بالذنب قد يكون عاملًا يصعِّب عليك رؤية الموقف بوضوح. وكما رأينا فى قصة الصداقة السابقة التى انتهت، فإن طاقة هذا العنصر تؤدى إلى الاهتمام الزائد بمشاعر الغير، وتحميل النفس دائمًا مسئولية وقوع أية أخطاء فى علاقة المرء بهم؛ مما يؤدى حتمًا إلى حشو الذهن وعدم وجود مساحة لصفاء التفكير مما يجعل من الصعب التوصل لاستنتاج. وأيًا كان الحال؛ فغالبًا ما يفضل هذا العنصر ألا يتخذ الكثير من القرارات؛ لأن هذا عادة ما يعنى التغيير – وهو آخر شىء يحبه عنصر التراب.

نمط حياة الشخص الترابى

— **الملبس:** تأتى الرفاهية على مقدمة أولويات عنصر التراب؛ لهذا تراه يختار المبالغة فى متابعة الموضة، ويفضل ارتداء الملابس الواسعة ويتجنب الملابس الضيقة من الوسط لأن أفراده يغلب عليهم الامتلاء فى منطقة الوسط. أما الألوان فهو يفضل ألوان عنصر التراب الدافئة مثل: الأصفر، والذهبى، والوردى، والبيج. ويفضل ارتداء معطف أهداه له أحد أصدقائه أو قميصًا يحمل ذكريات سعيدة، وأسعد أوقاته فى البيت يقضيها مرتديًا الملابس المنزلية القطنية الناعمة، والخفين الوبريين، والسترات المريحة. ويفضل أيضًا الأحذية العريضة مسطحة الكعب ويتجنب بشتى السبل أحذية الكعب العالى المدببة من الأمام.

— **المنزل:** لأن أفضل وضعية لهذا العنصر هى الجلوس؛ فسنجد عنده – على الأقل – كرسيًا وثيرًا وكبيرًا أو أريكة، أو كل شىء فى متناوله مثل: الكتب، وجهاز التحكم فى التليفزيون، وكوب الشاى، وطبق الكعك (بل والمشروب البارد، وشرائح البطاطس!) حتى يستطيع البقاء جالسًا أطول فترة ممكنة دون أن يحتاج للنهوض لإحضار أى شىء. ولا يهتم هذا الفرد بصغر مساحة الغرف ما دامت تشعره بالدفء والسكن. ويتمتع بيته بالدفء والحميمية، وغالبًا ما تكون زخارفه مستمدة من الريف، أو تكون عرضًا للكثير من الأشياء كتذكارات شخصية، أو مجموعات طوابع وعملات، أو – وبوجه خاص – صور العائلة. وليس غريبًا أن

ترى حائطًا أو طاولة بكاملها لديه وقد امتلأت بصور جميع الأصدقاء والأقارب. وهو يفضل أن يضع زخارف موسمية على الباب الأمامى والمدخل أو أى شىء آخر يعطى المنزل معنى عائليًا، بل من الممكن أن يكون لديه غرفة خاصة للمصنوعات اليدوية يصنع فيها هدايا يدوية للمقربين منه.

سيفيدك عمليًا أن تخصص أماكن فى منزلك لتجميع مقتنياتك الخاصة بدلًا من تركها مبعثرة فى جميع أنحاء المنزل. سيساعدك هذا على أن تستمتع بكل مقتنياتك الخاصة وفى نفس الوقت تحافظ على مساحة مفتوحة ومنظمة.

— **الحركة :** الشخص الترابى الصميم يسعده بالتأكيد عدم ممارسة أى نوع من الرياضة أو النشاط! والاستثناء من ذلك هو أى نشاط أو رياضة يمكن ممارستها بصحبة واحد أو اثنين غيره. والمحتمل أنك لن تمارس مجهودًا بدنيًا يتطلب مجهودًا شاقًا أو يلزمك بارتداء ملابس ضيقة؛ فهذا ليس داعمًا لطاقة التراب لديه. ومن هنا فإن ممارستك للرياضة مع بعض أصدقائك لهو شىء رائع، وكذلك فإن ممارسة التمشية برفقة أصدقائك طريقة رائعة لإشباع حاجتك للارتباط والحفاظ على صحة جيدة فى ذات الوقت.

— **المهنة :** أنت شخص تجيد التعاون مع الآخرين وتتميز فى الشراكات وهذا سيجعلك فى غاية السعادة أكثر مما لو عملت وحدك. أنت بارع فى دعم المشاريع والأفراد؛ لأنك تراعى عملك جيدًا وتهتم بالتفاصيل، بل وباستطاعتك أن تعكف على عمل بدأه غيرك حتى تنجزه. من الأفضل لأفراد العنصر الخشبى أن يبحثوا عنك ويتعاونوا معك لتساعدهم فى تنفيذ الأفكار التى أبدعوها.

ولأن العلاقات مهمة جدًا فى حياتك، وبفضل لباقتك وتسامحك، فمن المتوقع أن تحقق نجاحًا باهرًا فى أية مهنة تتضمن التعامل مع آخرين كالتدريس، وخدمة العملاء، والمبيعات، والإدارة والأعمال التنفيذية، وفرق العمل، والسلك الدبلوماسى. يثق الناس فيك بصورة طبيعية أكثر من ثقتهم فى أى عنصر آخر؛ لأنهم بمجرد أن يقرءوا ملامح وجهك يشعرون بأنهم سيكونون فى مأمن معك كشخص يهتم بهم. وسيحسن السياسيون صنعًا لو جعلوا وجوههم تعبر عن شىء من عنصر التراب.



ربما لاحظت على نفسك أو على أحد أصدقائك هذه الصفات، وهذا من شأنه أن يمنحك أفكارًا لفهم نفسك وفهم الآخرين، لكنك قد تلاحظ أنه على الرغم من وجود بعض ملامح عنصر التراب، إلا أنها ليست جميعًا لديك أنت أو صديقك. تذكر أنه على الرغم من أننا جميعًا لدينا جزء من كل عنصر من العناصر الخمسة فى شخصياتنا؛ فإنه غالبًا ما يكون الحضور والتركيز لعنصر أو لعنصرين منها، بل إن بعض الناس قد يكون لديهم أربعة عناصر تتضح بقوة فى وجوههم، ويكون القصور عندهم فى عنصر واحد فقط. لذلك؛ فإنك بمواصلة القراءة فى هذا الكتاب ستستطيع تحديد نوع ثانٍ، أو ثالث، أو – حتى – رابع يساعدك على فهم شخصيتك بصورة متكاملة.

أما إن لم تجد لديك ملامح عنصر التراب بوضوح، فأنت لا يزال لديك بالتأكيد فم، وخدان... إلخ. فى الفصل التالى سنتناول كل ملمح من هذه الملامح بالشرح ونعرف التفاصيل التى قد يمنحها لنا عن مدى تغلغل هذا العنصر فى قلب شخصيتك.



قراءة ملامح الفرد الذى ينتمى للعنصر الترابى



كما ذكرت من قبل فإن كل عنصر يرتبط بملامح معينة للوجه بالإضافة إلى أنه يمنح الوجه مظهرًا معينًا. فى هذا الفصل ستكتسب المزيد من المعرفة عن عنصر التراب من خلال أعضاء الجسم التالية:

الفم

الفم هو أكثر الملامح تعبيرًا عن مدى الطاقة التى يتمتع بها من ينتمون لعنصر التراب، وبالإضافة إلى ذلك فإنه عنصر حيوى فى الوجه سواء كنت تنتمى لهذا العنصر أم لا؛ لأنه "يعبر عن" عن الكثير من الأشياء. يعبر الفم عن مدى عاطفية المرء فى علاقته بالآخرين ومدى سخائه، وشعوره بالألفة والأمان فى حياته. ويعكس الفم أيضًا علاقة المرء بوالدته، أو القائم على العناية به فى طفولته، ويبين الفم أيضًا مدى ما يقدمه المرء لنفسه من دعم، وهو مؤشر كبير على صحة الجهاز الهضمى أيضًا.

وكالمعتاد، ينبغى أن تحدد حجم فمك مقارنة بسائر ملامح وجهك؛ لأن الفم الذى يبدو كبيرًا لدى شخص قد يبدو صغيرًا لدى آخر، والطريقة المحددة لقياس حجم الفم هى أن ترسم خطين رأسيين وهميين يبدآن من منتصف قزحية العينين



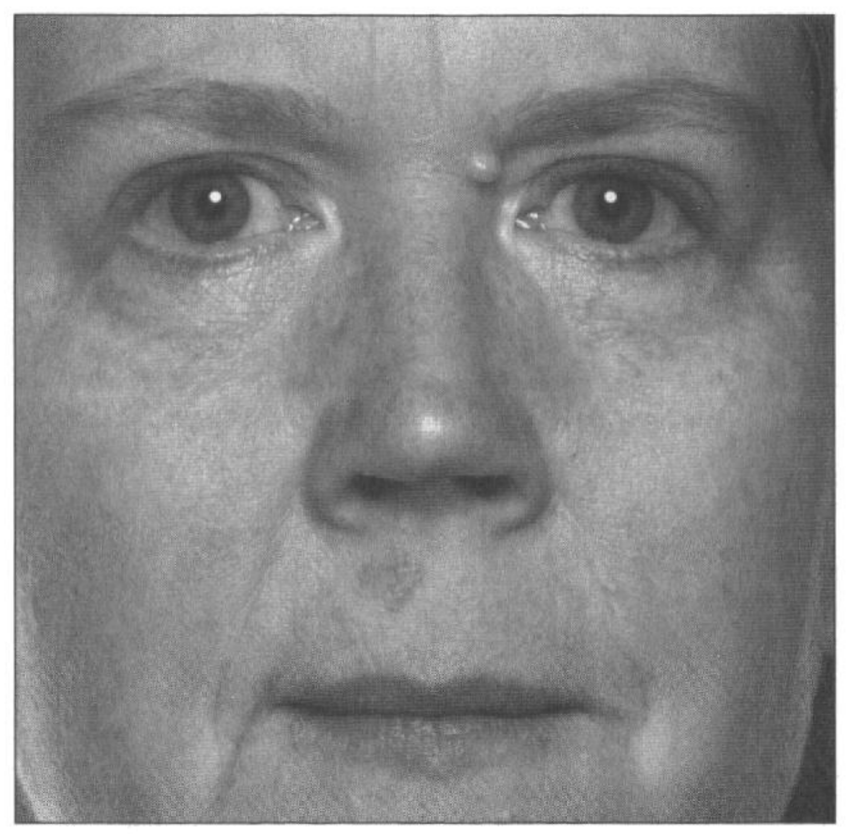
حتى يصلا لأسفل الوجه. وإذا تقاطع هذان الخطان مع نهايتى الفم فسيعنى هذا أن حجمه طبيعى بالنسبة لوجه صاحبه، أما إذا كان تجاوزهما الفم فمعنى هذا أن حجمه كبير، وإذا لم يلامس هذين الخطين فحجمه صغير.

ويشير الفم الكبير (الشكل٨٢) بصفة عامة إلى أن صاحبه شخص كريم، وأن العلاقات مهمة بالنسبة له مثلها مثل إقامة "مستقر" من نوع أو آخر سواء كان هذا المستقر فى حياته الشخصية أو العملية أو فى كليهما.



الشكل٨٢: الفم الكبير يعكس أهمية العلاقات لصاحبه.

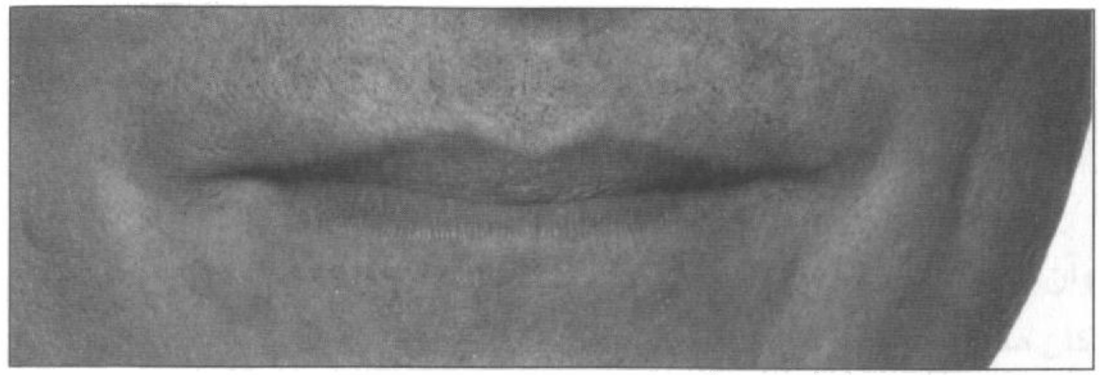
أما الفم الصغير (الشكل٨٣)، فيعنى عكس ذلك، فربما كان صاحبه أقل قدرة أو اهتمامًا بإقامة علاقات متعددة إلا إذا كانت على الوجه ملامح أخرى تقلل من أثر صغر حجم الفم. وقد يعكس صغر حجم الفم أيضًا نقص الشعور بالأمان. غالبًا ما أجد أن ذوى الأفواه الصغيرة جدًا يغلب عليهم عدم إقامة علاقات طويلة الأجل أو الاستقرار فى سكن دائم؛ فهم كثيرو التنقل ولا يشعرون أبدًا بالحاجة إلى شراء منزل أو الإقامة فى مكان محدد مع شخص معين، ويعانون طوال حياتهم من السخط أو الإحباط، ولا يجدون أبدًا مكانًا أو علاقة يشعرون فيهما بالأمان الحقيقى.



الشكل٨٣: الفم الصغير يشير إلى ضعف الحاجة إلى إقامة علاقات متعددة.

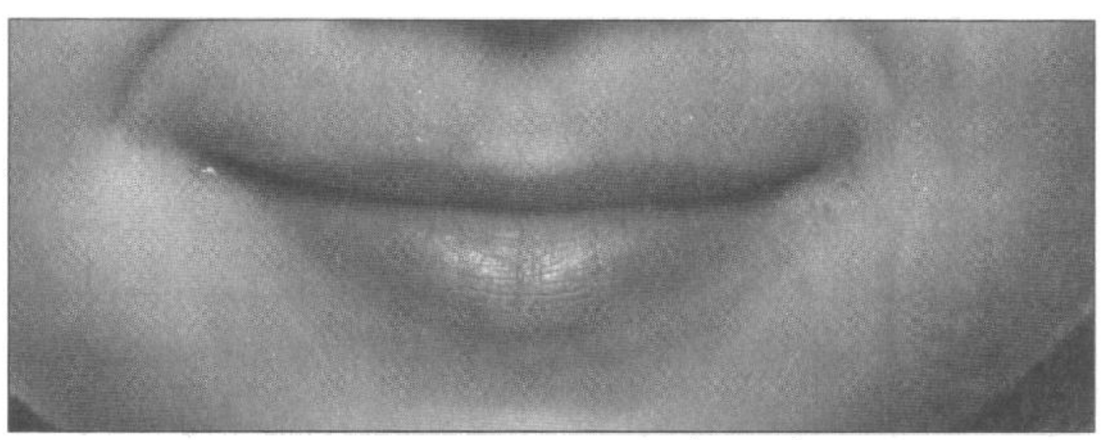
وتضيف الشفتان المزيد من المعلومات؛ فإذا كانت الشفتان ممتلئتين؛ فهذا يعنى أن صاحبهما حساس عاطفى معبر عن حساسيته وتعبيره. وتدل الصورة النمطية للشفتين الممتلئتين – خصوصًا لدى المرأة – على الجاذبية العالية، ولكن هذا ليس حتميًا لدى الجنسين، فكل ما تعنيه الشفتان الممتلئتان هو أن صاحبهما لديه أساليب متعددة لإمتاع بدنه، والجنس ليس إلا واحد من هذه الأساليب، بل الحقيقة أن هذا الملمح علامة على أن صاحبه *أقل* تركيزًا على الجنس على أنه السبيل الوحيد للمتعة؛ لأنه من السهل عليه أن يجد وسائل أخرى للاستمتاع فى الحياة.

وإذا كانت شفتك العليا أكثر امتلاءً من شفتك السفلى (شكل٨٤)، فعادة ما يعنى هذا أنك إنسان سخى وذو طبيعة عاطفية، ولديك رغبة قوية فى المزيد من الخبرات العاطفية القوية، وإذا لم يكن فى حياتك ما يكفى من الانفعالات فستخلقها لنفسك بنفسك!



الشكل٨٤: الشفة العليا الأكثر امتلاءً من الشفة السفلى تعبر عن الرغبة فى تجارب عاطفية قوية.

أما إذا كانت شفتك السفلى أكثر امتلاءً من العليا (الشكل٨٥)، فإنك ممن يركنون للراحة ويحبون التدليل، وهذا الملمح يعنى أيضًا أنك منغمس فى الملذات من طعام أو جنس أو غيره.

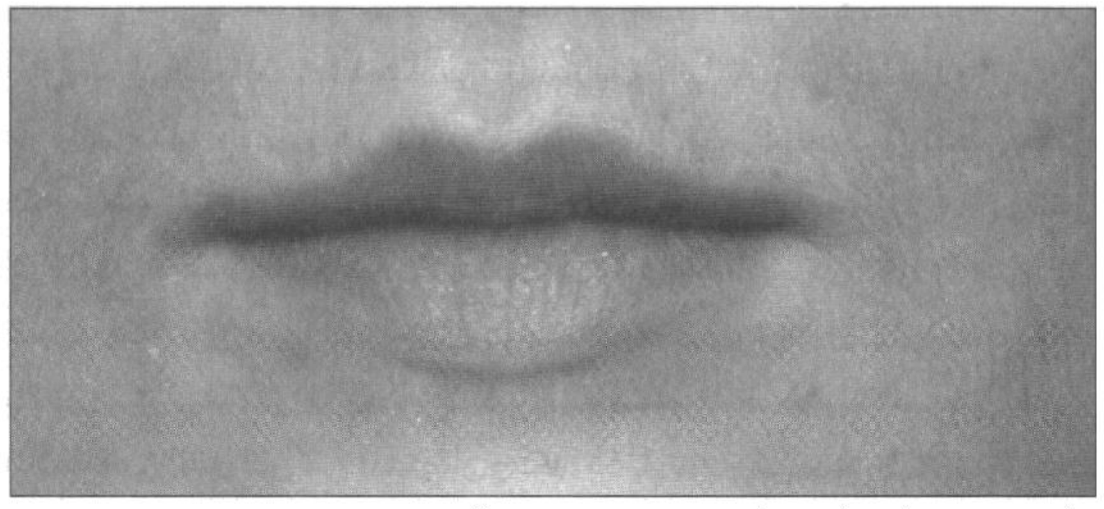


الشكل٨٥: الشفة السفلى الأكثر امتلاءً من العليا تدل على رغبة فى الانغماس فى متع الحياة.

أما الشفة السفلى المترهلة أو الرخوة، فتدل على ضعف السيطرة على الذات، وهو ما يتجلى فى صور مختلفة، كالثرثرة، والكلام دون تفكير، أو الافتقار للانضباط الذاتى الذى قد يصل إلى درجة السلوك الهادف للمتعة فقط. ومن المهم أن تعرف أيضًا أن أى ملمح قد يعكس مشكلات انفعالية أو بدنية أو كليهما معًا. وقد يعكس هذا الملمح مشكلة هضم فى القولون النازل وليس ضعف تحكم فى الانفعالات، أو قد يعكس المشكلتين معًا لدى صاحبه.

وتوضح الشفتان النحيلتان فى الفم الواسع أن صاحبهما قد يكون كريمًا على المستوى المادى لكنه لا يجود بعواطفه بنفس الدرجة، أما الشفتان الممتلئتان فى الفم الواسع فتدلان على سخاء صاحبهما فى جميع الأحوال.

أما الفم الصغير ذو الشفتين الممتلئتين، والمعروف باسم "قوس كيوبيد" (الشكل٨٦) فقد يُوصف صاحبه بأنه منغمس فى نزواته، وقد لا يوظف أبدًا قدراته فى مناورة غيره ليجعلهم يفعلون له ما يريد، إلا أن بمقدوره فعل ذلك لتحقيق مكاسب كبيرة إذا قرر هذا. عمومًا، لا يبخل صاحب هذا الملمح بشىء على من يحب، ولكن ما يحصل عليه منهم فى المقابل مهم بالنسبة له أيضًا.



الشكل٨٦: الشفتان اللتان تشبهان قوس كيوبيد تدلان على الاستغراق فى المتعة.

أما ذو الشفتين النحيلتين والفم متوسط الحجم، فقد لا يولى التعبير عن انفعالاته اهتمامًا كبيرًا، والاحتمال أنه لا يضع التعبير عن عواطفه ضمن أولوياته، ولكن هذا الملمح قد يعنى أن صاحبه يعانى من التوتر والضغوط. وعلى الرغم من أن هذا الشخص يفقد بعض الكولاجين الطبيعى فى شفتيه مع تقدمه فى العمر، إلا أن زمه لشفتيه وضغطه لهما بسبب توتره أيضًا يؤدى إلى نحولهما، وهذا شائع على وجه الخصوص فى النمط (أ) من الشخصيات. وأيًا كانت الحال، فالنتيجة واحدة، وهى ضعف المشاركة العاطفية مع الأحبة نتيجة الشعور بالتوتر.

والفم الصغير للغاية ذو الشفتين النحيلتين يشير إلى عدم الشعور بالأمان على عدة أصعدة. الفم يعبر عن مدى الدعم، والاهتمام، والاستقرار الذى يوفره البيت، فإذا لم يحصل المرء على القدر الكافى من العناية والاهتمام؛ فلن يشعر بالأمان فى منحه الآخرين تلك الأمور. وإذا لم يشعر المرء بعطف الآخرين عليه وحبهم له، فقد لا يدرك أصلًا معنى الكرم. ربما كنت بحاجة ماسة إلى أن تشعر باهتمام الآخرين بك أولًا حتى تتأثر وتفعل نفس الشىء مع غيرك. جاءنى

العديد من العملاء ذوى أفواه صغيرة للغاية، وكانوا جميعًا يقصون علىَّ حكايات متشابهة؛ وهى أن أمهاتهم لم يغدقن عليهم العطف والحنان اللازمين، وأنهم لم يشعروا بالأمان فى هذا العالم، ولم يؤسسوا أبدًا منزلًا مستقرًا لفترة طويلة؛ وهذا نقص أساسى يعانى منه عنصر التراب وينعكس فى هذا النوع من الأفواه.

والنظر على الفم يوضح مدى الاستنزاف الذى تعرضت له طاقة التراب لدى الفرد؛ لأن عنصر التراب يتعلق بالكرم والاهتمام بالآخرين أكثر من أى شىء، وهذا شىء رائع. أما إذا أجهد المرء نفسه فى منح الآخرين كل ما لديه دون أن ينال مقابل ذلك العطاء؛ فسيستنزف انفعاليًا وبدنيًا، أو على الصعيدين معًا.

وأية علامة، أو تغير فى اللون، أو جروح حول الفم قد تدل على نقص يعانى منه عنصر التراب. كانت إحدى الأمهات تعيل بمفردها أربعة أطفال، وفى نفس الوقت تدير عملًا تقوم فيه بمتابعة عدد هائل من الموظفين؛ أى كانت تهلك نفسها. وكان حول فمها آثار لحب الشباب باقية منذ فترة مراهقتها، وكانت تشعر بالقلق بسببه باستمرار. وحب الشباب علامة على نمط طويل الأمد من العطاء اللامتناهى الذى كان من المحتم أن يهلكها ما لم تتنبه إلى خطورة الأمر وتحدث توازنًا، لكنها لم تكن تفعل هذا. كانت حياتها وقت أن زارتنى "عملاً متواصلاً بلا راحة"، فدفعت فى النهاية ثمن ذلك إجهادًا وإرهاقًا. عندئذٍ قررت فورًا الالتحاق بورشة عمل للعلاج الروحى فى مركز تأهيل رائع. ولأنها لم تحضر مثل هذا النوع من الدورات من قبل؛ فقد قالت لموظفيها على سبيل المزاح إنها "ذاهبة إلى رحلة إلى كوكب الزهرة لمدة أسبوع!".

وكانت قد استعدت استعدادًا هائلًا لتلك الورشة الروحية مما جعلها تمرض، حيث وصلت إلى مركز العلاج محمومة وقلقة من أنها ستضطر إلى أن تقضى فترة الدورة بكاملها فى الفراش. ومع ذلك – ونظرًا لعزيمتها القوية، ونتيجة للطبيعة العلاجية لورشة العمل – فقد شُفيت من الحمى فى اليوم التالى مباشرة، وبنهاية الأسبوع كان وجهها مشرقًا بالصحة والحيوية. ولكن أهم ما حدث لها هو أنها اكتشفت حاجتها إلى الاعتناء بنفسها والموازنة بين ما تمنحه لغيرها وما تدعم به نفسها.

وبعد أسبوعين من قضائها تلك الدورة اتصلت بى تحكى ما حدث فقالت:

جاء أبنائى لاستقبالى فى المطار عندما عدت، وخرجنا لتناول العشاء ومشاهدة فيلم للاحتفال بعودتى. ولاحظت طوال الليل أن أكبر أبنائى كان يحدق النظر فىَّ، وفى النهاية سألته عن السبب.

اندهش وتلعثم وهو يقول إنه ليس هناك سبب، وكل ما فى الأمر أنه لم يرنى منذ فترة، إلا أنه واصل النظر إلىَّ، وعندما كان ذاهبًا إلى فراشه فى تلك الليلة التفت إلىَّ قائلًا: " أمى؟ أتسمحين لى بأن أسألك سؤالًا؟" .

فقلت: " بالطبع، ما الأمر؟" .

فقال مصرًا: " ولكننى أريد الحقيقة" .

وعلى الرغم من أننى لم أكن أعلم طبيعة سؤاله، فقد أجبته : " حتمًا سأفعل يا عزيزى" .

فقال: " إنك لم تذهبى إلى ورشة عمل، أليس كذلك؟" .

فقلت: " كيف تقول هذا ؟ بالطبع قد ذهبت؟" .

فقال: " لقد ذهبت لإجراء عملية تجميل، أليس كذلك؟ لقد اختفت الندوب التى كانت حول فمك" .

فهرعت إلى المرآة، وبالفعل تأكدت أن فمى بدا طبيعيًا، ولم يكد أى من آثار حب الشباب يظهر حول فمى.

فى غضون أسبوع واحد تغير مظهرها بالكامل؛ فالوجه ليس سوى مرآة للذات الداخلية فإذا تغيرت تلك الذات استجاب الوجه وتغير هو الآخر. وهذا مثال على سرعة التغيرات التى قد تحدث لأحدهم؛ حيث ينعكس الداخل على الخارج. وإذا كانت عميلتى تلك قد أجرت عملية تجميل دون أن تحدث أية تغييرات داخلية، فإن الندوب التى أزالتها عملية التجميل ستحل محلها - بسرعة - علامات أخرى.

الجفن العلوى

أحيانًا ما يسمى الصينيون منطقة الجفن العلوى منطقة "أصول الملكية"؛ لأنها عادة ما تشير إلى أى نوع من أنواع التكديس أو التراكم أو الادخار من أى نوع سواء كان سلبيًا أو إيجابيًا. إذا كان الجفن ممتلئًا أو منتفخًا قليلًا (الشكل٨٧)؛ فهذا يدل على براعة صاحبه فى الادخار أو الاستثمار، أما إذا كان الانتفاخ كبيرًا،

فهذا يعنى زيادة عنصر التراب لديه مما يوضح جموده وتوقفه، وهو ما يتمثل فى زيادة فى الوزن، أو خمول طاقة الجسم، أو أى نوع من "الجمود" فى الحياة.



الشكل٨٧: الجفن العلوى المنتفخ يدل على موهبة الادخار والاستثمار.

قنطرة الأنف

والمنطقة التى تقع فى النهاية العلوية للأنف وبين العينين أيضًا من ملامح عنصر التراب، وهى المخزن الثانى للثروة على الوجه (شحمة الأذن هى المخزن الأول). ويقال إن هذا الملمح يدل على مدى سهولة تدفق المال فى حياتك؛ فالقنطرة الفسيحة – مثلًا – (الشكل٨٨) تسمح بتدفق أكبر قدر من المال!

ومع ذلك، فإن ما يدل عليه هذا الملمح – فى الواقع – ليس المال فقط، بل يمتد ليشمل معنى أوسع يمثل المال عنصرًا واحدًا فيه؛ فهو يظهر مدى تدفق الطاقة. إذا كانت هذه المنطقة عريضة؛ فإن صاحبها يتمتع بقدر أكبر من الطاقة تسرى عبرها؛ وبالتالى يستطيع العمل لفترات أطول، وتأدية مهام أصعب؛ مما ينتج عنه زيادة فى المال.



الشكل٨٨: الجسر الفسيح على قنطرة الأنف يبدى تدفقًا وافرًا للطاقة يسرى عبرها إلى الجسم.

أما الجسر الضيق (الشكل٨٩)، فهو يعنى أن تدفق الطاقة أقل قوة؛ مما يعنى قدرة أقل على ممارسة العمل، وبالتالى قلة الدخل فى مجمله أو الحاجة لمزيد من العمل للحصول عليه. إذا كان لديك هذا الملمح، فينبغى أن تحرص على الحفاظ على ما لديك من طاقة وتخصص وقتًا كفيًا لدعم نفسك.

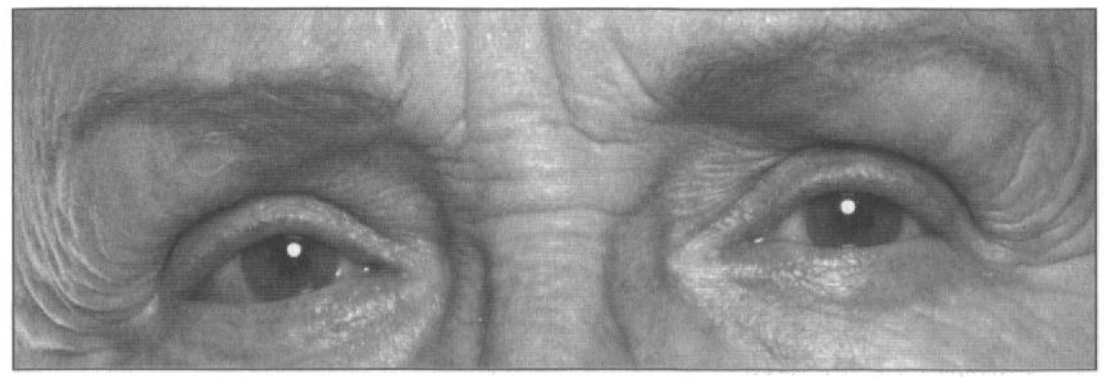


الشكل٨٩: قنطرة الأنف الضيقة تدل على تدفق أقل للطاقة.

من الشائع أن نرى تجاعيد أفقية عبر قنطرة الأنف (الشكل٩٠)، وهذه غالبًا علامة على صاحب هذا الملمح قد أحدث (أو سيحدث) تغييرًا جوهريًا فى حياته فى سن الأربعين، وقد يتمثل هذا التغيير فى طلاق، أو تغيير للعمل، أو التعرض لأزمة منتصف العمر التى تؤدى إلى تغييرات كبرى فى أسلوب الحياة.

وتعكس قنطرة الأنف - كأحد ملامح عنصر التراب - أيضًا مدى اهتمام المرء بنفسه ودعمه لها؛ فإذا كنت تبالغ فى منح الآخرين أو لا تنال بقدر ما تعطى، فإن طاقتك تتضاءل. وتظهر العلامات التحذيرية المبكرة على الوجه للدلالة على ذلك فى شكل تجاعيد صغيرة أو تغير فى اللون لتحذر من عدم توازن عنصر التراب، وهى تظهر هنا قبل أن تظهر حول الفم.

وقد يدل هذا الجزء من الوجه أيضًا على الحالة الصحية، فظهور الخطوط، والتغيرات فى اللون، والعلامات فى هذه المنطقة قد تدل على مشاكل فى الجهاز الهضمى، ويقال إن الأطفال ممن لديهم خط أزرق على قنطرة الأنف قد يكون لديهم حساسية تجاه بعض الأطعمة.



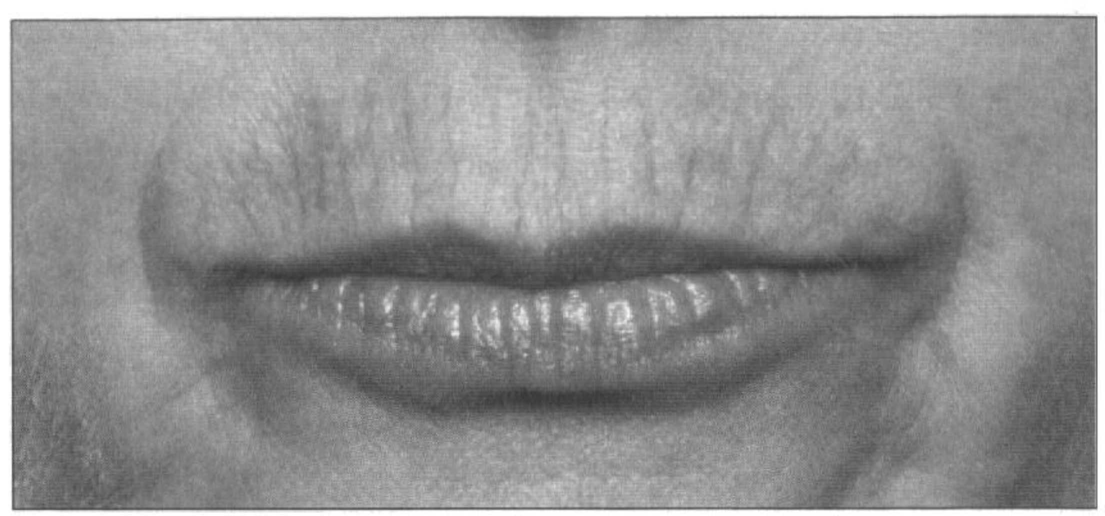
الشكل ٩٠، الخط الأفقى عبر قنطرة الأنف عادة ما يدل على تغيرات طرأت أو ستطرأ فى سن الأربعين.

المنطقة أعلى الشفة العليا (على جانبى الوهدة)

يوضح الفم والمنطقة المحيطة به ما يتعلق بدعمك لنفسك، وما تمنحه وما تناله فى الحياة، وما يترتب على ذلك من آمال أو خيبة آمال – وهذه الأمور غالبًا ما تمثل مصاعب للكثيرين وخاصةً النساء. فى الثقافة الغربية تتم تنشئة الفتيات – سواء كن ينتمين لعنصر التراب أم لا – على تعلم طاقة "الأمومة" التى يمثلها هذا العنصر، والمتمثل فى الاهتمام بالآخرين وتلبية احتياجاتهم على حساب مصلحتهن. تقوم الزوجة أو الأم بهذا الدور بقوة وكفاءة، إلا أنه حتى من لم يتزوجن أو قررن الزواج تمت تنشئتهن على تقديم مثل هذه التضحيات مما يؤدى إلى عدم توازن فى عنصر التراب. عندما يفرض على شخص أن يمنح على الدوام ويضحى على حساب نفسه دون مراعاة احتياجاته فمن المتوقع أن تكون النتائج كارثية.

إذا كنت تشعر بأنك فى حالة عطاء مستمر دون أن تكافأ بالمثل على صنيعك، أو إذا بدا لك أنك لا تستطيع أن تحصل على ما تريده فى الحياة لانهماكك فى مراعاة شئون الآخرين؛ فقد تنتابك مشاعر سلبية تجاه ذلك. إذا كانت هذه هى حالك، فإن أعلى شفتك ستصاب بتجاعيد أو بتغير اللون. وإذا استمر الحال على هذا كثيرًا، فستتحول انفعالاتك من إحباط بسيط أو عدم شعور بالسعادة إلى إحدى درجات الاستياء والمرارة. وأوضح العلامات الدالة على هذه الحالة هى سلسلة من الخطوط الرأسية الصغيرة على منطقة أعلى الفم (الشكل ٩١). هذا

النمط من التجاعيد دليل على أنك تكرس نفسك للآخرين، أو أنك تشعر بأنهم لم يمنحوك ما تريد.



الشكل ٩١ : الخطوط الرأسية فوق الشفة العليا تبدى نقصًا فى عنصر التراب.

إذا أصيب المرء بخيبة أمل، فإنه يعبر عن هذا لاشعوريًا إما بتقطيبة، أو زم لشفتيه بحركات لا تكاد تلحظ لعضلاتها. وإذا دأب على هذا النمط من الانفعالات، وكرر هذه الحركة البسيطة آلاف المرات، فستكون النتيجة النهائية حفر هذا الجزء من الوجه بخطوط رأسية. وهذه العلامات دلالة على خيبة الأمل، والاستياء، وربما المرارة التى تراكمت فى جسم المرء، وسببها أن المرء يغدق العطاء بلا حساب ويرجو من الآخرين أن يبادلوه بالمثل، وربما يشعر على مستوى اللاوعى بأنه قد أدى واجبه على أكمل وجه، وفعل ما كان متوقعًا منه، إلا أنه انتهى به الحال إلى التضحية بكل ما لديه ولم يجد إلا الجحود والنكران..

وبالإضافة للعطاء، فإن من ينتمون لعنصر التراب لديهم عادة أخرى، وهى عدم إخبار الآخرين بما يحتاجون إليه، أو يريدونه. هذا العنصر يمثل – كما سبق القول – الصورة النمطية للأم التى لا تطلب الكثير من أفراد أسرتها، بل وتجهد نفسها فى تخمين ما يحتاج إليه كل فرد منهم، وتظن أنهم سيكافئونها بالمثل بصورة طبيعية على ما تفعله، إلا أنهم ينظرون إليها على أنها أمر مسلم به، ولا يهتمون برد الجميل لها.

لذلك إذا كانت لديك هذه الخطوط، وتشعر بأنك لا تحصل على ما تريده من الناس فى حياتك، فربما كان السبب أنك لم تعلمهم بما تريد. ربما تتوقع فى

هدوء أنهم يلاحظون ما تريده، ولكن – وللأسف – ليست هكذا تسير العلاقات ولا الحياة فى العادة. ربما كان عليك توضيح حقيقة الموقف لتعرف بوضوح كيف تنجح فى التعبير عن احتياجاتك. وقد يكون عليك أيضًا أن تبحث عن طرق تستطيع عائلتك وأصدقاؤك من خلالها مكافأتك على إحسانك إليهم؛ فأحيانًا ما يركز المرء على توقعاته وإحباطاته لدرجة يخاطر معها بخسارة كل الطرق التى يحاول المحيطون به من خلالها التعبير عن حبهم له.

إذا لم تكن تنال ما تريده فى حياتك، فعليك أن تحاول ملء هذا الفراغ بنفسك؛ ومن هنا أهمية تعلم دعم الذات؛ لأنك عندما تستطيع أن تظهر حبك لذاتك؛ فلن تشعر بضرورة تقديم الآخرين الكثير من هذا الحب – وبهذا قد يتلاشى استياؤك وكثرة مطالبك منهم وتتلاشى أيضًا تلك الخطوط الطولية.

إذا كنت مدخنًا؛ فقد تظن أن هذه الخطوط جاءت نتيجة لهذه العادة بالأساس – وهو احتمال قائم – لكن واقع الأمر يقول إن السبب الأساسى هنا هو عدم توازن عنصر التراب. التدخين – فى واقع الأمر – يرتبط بعنصر النار الذى يغذى التراب فى دورة العناصر الخمسة؛ لذلك فإذا كنت مدخنًا، فربما تحاول لاشعوريًا أن تجلب المزيد من طاقة عنصر النار إلى عنصرك الترابى لتدعمه. وعلاوة على ذلك، فإن سحبك الدخان بفمك هو حركة تشبه تناول الطعام– وهو نشاط ترابى – بل إن الفعل البدائى المتمثل فى المص والذى تتضمنه عملية التدخين يستحضر العادة التى تمثل جوهر التراب كالرضيع الذى يرضع من ثدى أمه.

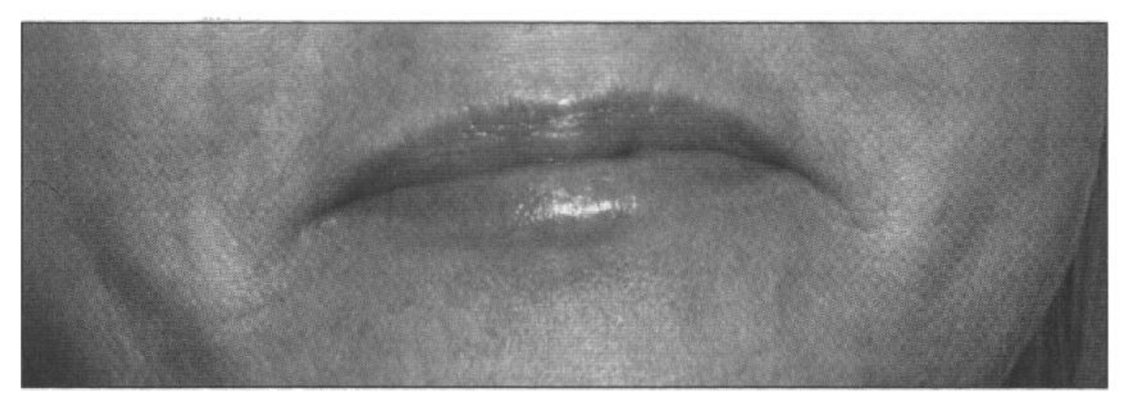
يقوم هذا العنصر على العطاء كما أوضحنا، لكنه يتضمن أيضًا الاستقبالية والنعومة؛ لذلك فإن أى نوع من التدليل أو العطف أو الراحة لمن ينتمى لعنصر التراب يعزز من طاقته؛ فحدد ما تحتاج إليه من هذه الأدوات. قد يكون تعزيز الطاقة بسيطًا كقضاء يوم فى منتجع بإقامة فاخرة كاملة، أو تناول العشاء خارج المنزل بصحبة أصدقاء مقربين، أو تخصيص وقت إضافى خاص لتجلس لقراءة كتاب.

ومع ذلك، فربما كان النقص الذى يشعر به عنصر التراب أعمق من ذلك؛ كأن يكون مرجعه إلى توتر العلاقة مع الأم أو مع من يحل محلها، أو قد يتمثل فى وفاة الأم فى مرحلة مبكرة من حياة الابن، أو فى قضاء الطفولة دون وجود منزل مستقر، أو تجربة علاقة تعيسة استمرت فترة طويلة. ومع ذلك، فحتى فى هذه

الحالات علينا أن نتبع نفس القواعد السابقة، وهى: إيجاد شىء يتسم بالنعومة، والاستقبالية، والعاطفة، وقبول الذات والآخرين.. هذه الأشياء قد تزيل العقبات التى يواجهها عنصر التراب. ابدأ فى منح نفسك ما تريد، وسترى نتيجة هذا على فمك وعلى حياتك ككل.

وإضافة إلى ما سبق، اعلم أن هذه المنطقة من الوجه ترتبط بمشاكل الجهاز الهضمى خاصة فى منطقة المعدة. وكالمعتاد، عليك أن تتذكر أن أية علامات فى هذه المنطقة قد تدل على متاعب انفعالية أو جسيمة أو كليهما.

وكما سبق أن بينا، فإن الفم يبين الحالة التى ستكون عليها فى فترة الخمسينات من العمر، وغالبًا ما تكون هذه الفترة هى فترة ظهور التجاعيد، وتطفل المشاكل التى تعبر عنها هذه التجاعيد على حياتك. من المهم أن تدرك أن وجهك يقدم لكل من يقابلك معلومات عن شخصيتك؛ فإذا كان لديك تجاعيد فى منطقة أعلى فمك أو إذا كان فمك مائلًا عند طرفيه (الشكل٢٩)، فكأنك تقول للعالم: "انتبهوا أيها الناس! لقد أصبت بإحباط، وأنا على يقين من أن هذا سيحدث مرة أخرى!" مع احتمال أن تستجيب حياتك لذلك.

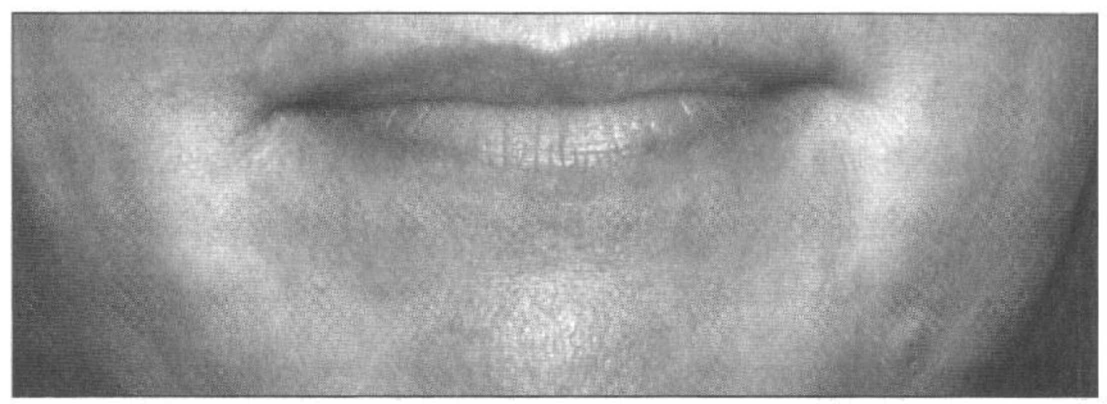


الشكل٩٢: الفم مائل الطرفين يكشف عن انفعالات سلبية متراكمة.

إذا ظهر على وجهك ما يعبر عن مثل هذه الحالات؛ فلابد أن تراجع منحك وأخذك فى علاقتك بالناس، وسيكون من المفيد أيضًا ملاحظة وضع فمك من حين لآخر وتظل متابعًا له طوال الوقت كما تلاحظ مرآة سيارتك أثناء القيادة، وسيذهلك عدد مرات التوتر التى تشعر بها فى فمك. لذلك، تعمد إرخاء عضلات فمك، وامنح نفسك هدية عبارة عن ابتسامة صغيرة، ومع مرور الوقت ستقل حاجتك إلى عمل تعديلات فى هذا المكان.

المنطقة السفلية من الخدين القريبة من الفم

المنطقة السفلية من الخدين الممتلئة والقريبة من الفم تسمى "حقائب المال"، وهى ثالث وأهم مخازن الثروة فى الوجه (الشكل٩٣). وتدل هذه المنطقة على قدرتك على تحصيل الثروة والمحافظة عليها. ويقال إن المرء يكتسب هذه الحقائب قبل أن يجمع المال؛ لذلك فإذا كان هذا الوصف ينطبق عليك، فأنت تسير على الطريق الصحيح! لكن هذه المنطقة لا تقتصر دلالاتها على الأمور المالية فقط؛ لأنها تعنى أساسًا أن لديك المزيد من الطاقة - أو بمعنى آخر إن لديك تراكمًا من الطاقة سيدعمك.



الشكل٩٣: حقائب المال الممتلئة فى المنطقة السفلية من الخدين تظهر مخزون الطاقة المتوفر لديك.

إذا كانت المنطقة السفلية من الخدين ممتلئة؛ فهذا دليل على توافر الخصائص الترابية والمتمثلة فى القدرة على الاستمتاع بالحياة. إذا كان لديك هذا الملمح، فأنت تعرف أساليب الإقبال على مباهج الحياة، وتقدرها أكثر من تقدير الآخرين لها. وقد يكون من المهم لك أيضًا أن يكون لديك علاقات حميمة لتشعر بالرضا. أنت تتفوق فى الأعمال التى تتطلب عملًا مع الآخرين مثل الإدارة؛ لأن من حولك يقدرون حنوك فى التعامل معهم، واهتمامك بهم، وسيسعدهم تلبية جميع طلباتك. إن الجميع يبدون تجاوبًا إيجابيًا مع الوجه الذى به مثل هذين الخدين.

وحقائب المال التى تبدو ممتلئة ولكنها مترهلة أو ناعمة ورخوة تعنى أن طاقتك الترابية قد استنفدت. ربما أنك أصبحت معطاءً استنزف ما قمت به من تضحيات الكثير من طاقتك، ومن سوء الحظ أنه إن كانت هذه حالك، فسيسيطر عليك نمط فى التفكير يستفزك على تقديم المزيد من التضحيات.

جاءتنى عميلة كانت فى أواخر الستينات من عمرها بهذه الملامح، وكانت تعيش وحيدة فى شقة صغيرة. وكان ابنها المتزوج يملك شركة يبلغ رأس مالها ملايين من الدولارات، أما زوجته فلم تكن تعمل بل كانت تفضل قضاء وقتها فى التسوق وتجديد ديكورات المنزل. وكانت عميلتى قد عملت كمديرة لمكتب لابنها، وكانت تعمل من السابعة صباحًا وحتى السابعة مساءً دون أن تتقاضى راتبًا. وقد وصل الأمر إلى أنها كانت تعد له الغداء وتدفع له أقساط منزله الذى كان يبلغ ثلاثة آلاف وثلاثمائة دولار شهريًّا. وكان سبب مجيئها إلىّ لقراءة وجهها أنها كانت تشعر بالذنب لأنها لم تساعده بالقدر الكافى؛ كانت تأمل أن نساعدها على اكتشاف وسائل تعينها على دعمه دعمًا أفضل حتى يسعد. وهذا مثال على خروج الشخص الترابى عن التوازن إلى أبعد الحدود؛ مما يجعله يواصل العطاء حتى يستنفد كل ما لديه دون أن يعوض ما يفقده من طاقة.

عنصر التراب معطاء، لكنه يهتم بوجود مقابل لهذا العطاء أيضًا، وتقوم سعادة هذا العنصر على العناية بالآخرين. ولكنَّ هناك درسًا يجب أن يتعلمه كل من لديه مثل هذه الطاقة، وهو أن يكون قادرًا أيضًا على فتح ذراعيه لينال من الآخرين نفس الدفء والعطف الذى طالما أغدقه عليهم.

وهناك أيضًا نمط معين من الوجه والجسم ينبئ عن صورة أخرى للشخص الترابى المتجمد أكثر من غيره؛ ويتمثل هذا النمط فى أن وجهه وجسمه أقل استدارة من باقى أفرد هذا العنصر، ويتميز باتساع أعلى ووسط جذعه، ووجهه مربع أكثر منه مستديرًا وأكثر امتلاءً فى الجزء السفلى منه حول منطقة الفك. أما ذقنه فقوية إلا أنها ممتلئة، ويتمتع بطاقة هائلة يشعر بها من يتعاملون معه حتى وإن لم يكن طويل القامة. والصورة النمطية لهذا النوع هى السيدة الأولى السابقة "باربرا بوش".

وهذا النوع لديه طاقة أرضية قوية هائلة؛ ولاشك أن مثل ذلك الشخص يرغب الجميع فى صحبته؛ لأنه ينجح دائمًا فى إنجاز ما يفشل الآخرون فيه. ومع ذلك، فإذا فقد مثل هذا الشخص توازن طاقته، فستسيطر عليه حالة من الاستياء، بل ويستشيط غضبًا أحيانًا، وأهم صفات هذه الشخصية هى التشبث بآرائه ومقاومة التغير مما يجعله متسلطًا ومستبدًا. وقد يظهر لديه خطوط رأسية فوق الشفة العليا كتعبير عن شعوره بالاستياء والمرارة، وربما كان فمه مائلًا من طرفيه.

ومع ذلك، هذه الشخصية لا تزال تعتنى بالآخرين، بل الحق أن هذا قد أدى إلى فقدان التوازن بسبب الإسراف فى العطاء، وعندما يحاول استعادة توازنه يصبح عنيدًا ومتسلطًا؛ حيث يملى على غيره ما يفعلونه كلما استطاع ذلك، ويحاول مقاومة ما يطلبونه منه. وغالبًا ما أرى هذه النوعية من الشخصيات بين كبيرات التنفيذيات من السيدات فى الشركات الكبرى المعرضات لضغوط هائلة. وقد يكون من أسباب تحقيقهن للنجاح قدرتهن على إرغام الآخرين على السير وفق برنامج العمل الذى اقتنعن به، بالإضافة إلى مقاومتهن للتحديات.

ولا تزال لدى هذه الشخصية الترابية الرغبة القوية والقدرة على مد يد العون للآخرين، لكنها غالبًا ما يكتنفها إحساس بالاستياء والتعرض للاستغلال. هذه الشخصية قد تعرض عليك المساعدة إلا أنها لا تفى بذلك؛ لأنها ترغب حقًا فى المساعدة، لكن سيغلب عليها فى النهاية الشعور بأنها وقعت ضحية استغلال، وأنها قد قدمت ما فيه الكفاية. قد يصعب التعاطف مع مثل هذه الشخصية، إلا أن تصرفاتها نابعة من عنصر المعاناة – أى رغبتها القوية فى الحب والتقدير.

العنصر الترابى من أنت؟ وما رسالتك فى الحياة؟

من أنت، وكيف يمكنك أن تحب ذاتك الحقيقية؟ كيف يمكنك أن تمهد الطريق لإظهار رسالتك الحقيقية فى الحياة؟ لابد – أولًا – أن تسمح لجوهر طبيعتك الترابية بأن يترعرع لتؤدى الدور المنوط بك فى هذا العالم. إذا كنت تنتمى للعنصر الترابى حقًا، فإن طبيعتك الحقيقية بحاجة إلى روابط قوية مع الآخرين. إن سبب وجودك فى هذه الحياة هو الشعور بالرضا الناتج عن علاقاتك، وتجعل الناس محور اهتمامك ونشاطك. لذلك؛ استثمر طاقتك فى العثور على رفقاء صالحين لأنهم سيجعلون حياتك تستحق أن تحياها. اسمح لنفسك بعطاء الآخرين ودعمهم سواء فى حياتك العملية أو الشخصية؛ لأن هذا العطاء هو غذاء روحك. تذكر أن دورة العطاء المتوازنة يلزمها أن تفتح ذراعيك للآخرين وتتلقى منهم نفس الحب والعطف الذى تغدقه عليهم.

ابحث عن طرق توظف من خلالها أعظم قواك: العناية بالآخرين، والطيبة، والحلم، واللباقة، والأهم من هذا كله رغبتك فى مد يد العون للآخرين حتى

تستقيم أمورهم. لا تنكر حاجتك إلى أن تكمل مشوارك فى الحياة مع من تحبهم.
اقبل رغبتك فى الراحة والأمان، وعش حياتك بطريقة تحافظ لك على التوازن.
عندما تترك طاقة العنصر الترابى لديك تتدفق، فستحقق التوازن فى حياتك،
وستكتشف لديك قدرات وإمكانات لم يسبق لك أن حلمت بها.



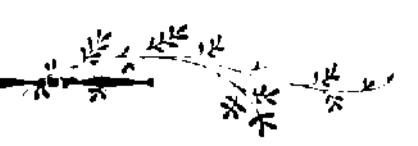


العنصر المعدنى ـ النقاء



فى هذا الفصل سأقدم المفاهيم الأساسية للعنصر المعدنى وكيفية التعرف عليه ، ولكن دعونى فى البداية أقدم لكم قائمة موجزة عن خصائص العنصر المعدنى:

- **الطاقة:** داخلية، قابضة، متصلبة، المساء، أواخر الخريف، الشيخوخة.
- **السمات:** حساس، واعٍ، مثالى، ذو رؤية، قلق، ناقد، لاذع، متصلب، ينشد الحقيقة، يتطلع إلى الكمال، متعجرف، مغرور، منعزل، متسلط، يحب الأبهة، سخى، جذاب، راقٍ، مفرط الحساسية، واعٍ بعيوبه، لديه إحساس داخلى بالقصور، يغلب عليه الحزن، يشعر بالمعاناة.
- **الملامح الرئيسية:** الأنف، الخدان، الجلد الشاحب، الشامات.
- **أعضاء الجسم:** الرئتان، الجلد، الأمعاء الغليظة.



- **عضو الإحساس:** الأنف.

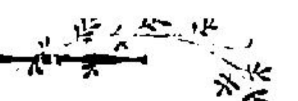
الملامح التى ينبغى أن تبحث عنها

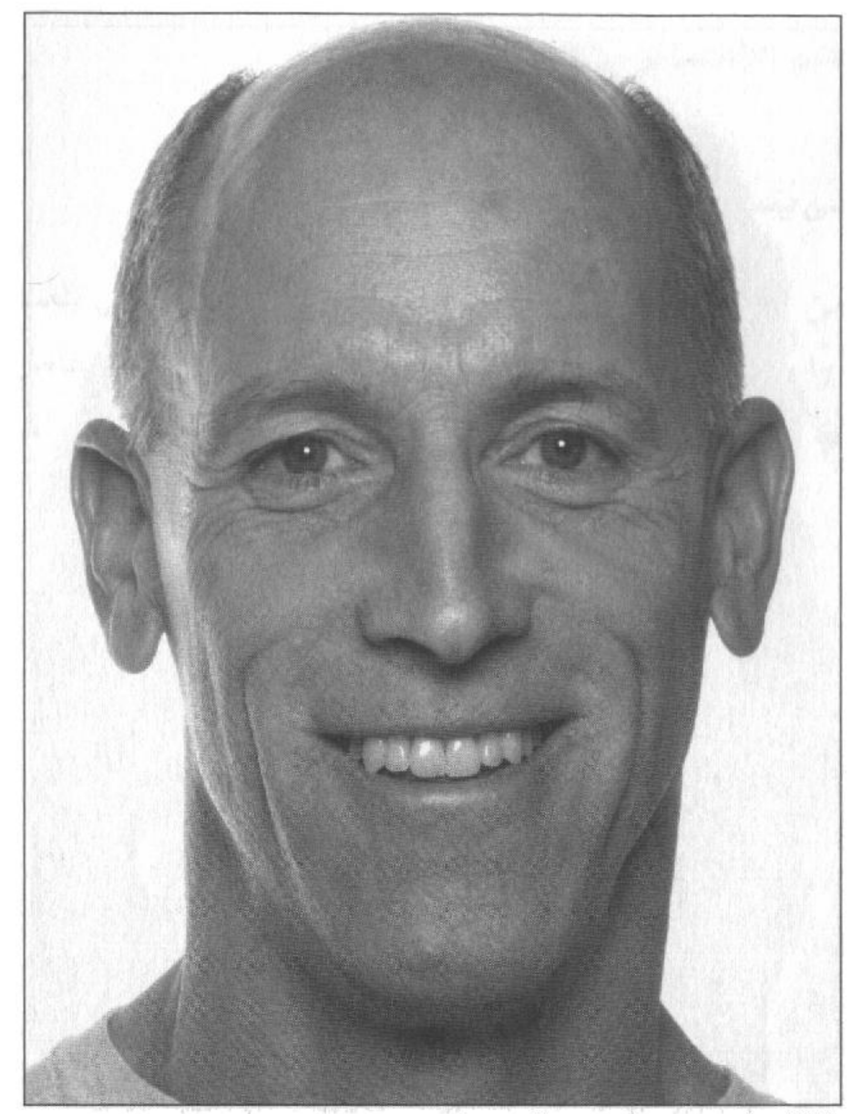
ليس من الضرورى أن يكون لديك *كل* الملامح التالية حتى يلعب العنصر المعدنى دورًا مؤثرًا فى حياتك؛ فأى من هذه الملامح سيوضح أنه عامل مؤثر فى شخصيتك، وكلما ازدادت هذه العوامل لديك، زادت غلبة العنصر المعدنى على طبيعتك:

- أنف كبير.
- بروز المنطقة العلوية من الخدين.
- تقعر المنطقة السفلية من الخدين، أو وجود خطوط بها.
- مساحات واسعة بين الملامح.
- تركيب عظمى دقيق مع صغر الكاحل والمعصم.
- حركة يغلب عليها الفخامة والرشاقة.
- تمثيل غذائى قوى لذلك تراه هزيلًا.
- بشرة شاحبة لأسباب وراثية.



الشكل٩٤،وجه سيدة تنتمي للعنصر المعدنى





الشكل ٩٥ : وجه رجل ينتمى للعنصر المعدنى

لكن كيف تعرف أن العنصر المعدنى هو المكون الرئيسى لشخصيتك؟ انظر إلى أقوى ملامح وجهك وأكثرها حضورًا. قد لا تتوفر لديك كل أو معظم الملامح على القائمة السابقة، ومع ذلك إذا كان أنفك ملحوظًا، أو المنطقة العلوية من خديك بارزة؛ فإن هذا العنصر من مكونات شخصيتك، وكلما ازدادت الملامح المعدنية لديك قوة، زاد المكون المعدنى فى شخصيتك.

ومن مشاهير الشخصيات المعدنية: "ميشيل فيفر"، و"نانسى ريجان"، و"لايل لوفيت"، و"ميريل ستريب"، و"أدريان برودى".

إذا كنت ناريًا صميمًا، فسيكون أعلى خديك بارزًا، أو أنفك كبيرًا. وقد تكون بشرتك شاحبة وعظامك دقيقة تظهر فى صغر حجم كاحليك ورسغيك.

باختصار، يمكن أن نقول إن ملامح وجهك "منحوتة"، وقد يكون هناك مساحات واسعة بين الملامح بشكل يزيد على أى عنصر آخر. والمنتمى للعنصر المعدنى يسبغ على نفسه ثوبًا من الفخامة الملكية التى يراها البعض على أنها نوع من الغطرسة أو الترفع. إذا توافرت لديك كل هذه الصفات التى يندر أن توجد فى غير العنصر المعدنى، فاعلم تمامًا أنك معدنى جدًّا!

شخصية العنصر المعدنى

يرتبط هذا العنصر بأواخر الخريف عندما تتساقط الأوراق من على الأشجار فتكشف الفروع الدقيقة؛ وحيث انتهى وقت الحصاد وتم تخزين الطعام بحكمة ليبقى منه ما يساعد على تجاوز فصل الشتاء. المعدن هو فترة الظهيرة المتأخرة عندما يجمع العاملون الأوراق من على مكاتبهم استعدادًا لإنهاء يوم العمل والعودة للمنزل للخلود إلى الراحة فى المساء. ويمثل هذا العنصر أيضًا سن الشيخوخة عندما يشعر المرء بالحاجة إلى وضع اللمسات النهائية على التفاصيل الأخيرة لحياته والتحرر من كل ما لم يعد يؤدى غرضًا.

والقوة هنا هى قوة النَّفَس، لكن عليك أيضًا ألا تنسى إخراج الزفير؛ لأن الطاقة لن تسرى بداخلك إلا إذا كان إيقاع حياتك هو التلقى ثم الإرسال. أنت دائمًا تعد الساحة لمن سيأتى بعدك.

العنصر المعدنى يدعونا دائمًا إلى أن ننقى رؤيتنا، ونضفى الوضوح والصفاء على حياتنا، ونجعل همتنا فى تحصيل المطالب الغالية والقيم النبيلة. وتكمن قوة هذا العنصر فى حساسيته وإدراكه لأدق وأصفى معانى الحياة؛ فالصفة المرتبطة بهذا العنصر هى "النقاء"؛ لذلك تراه دائمًا ينشد الكمال فى كل جوانب الحياة.

إذا كنت تنتمى لهذا العنصر فأنت ذو وعى سامٍ، وصاحب رؤية، وقائد يرى الصورة الكلية وتفاصيلها الدقيقة فى نفس الوقت، وطاقتك تقترن بالصورة النمطية للأب. والعنصر المعدنى يظهر دائمًا فى صورة الزعيم الذى يستطيع تولى السلطة وقيادة العالم إلى آفاق جديدة.

ومع ذلك، فالمنتمى لهذا العنصر لديه درجة عالية من الحساسية التى تجعله يواجه العديد من التحديات؛ فأنت كشخص معدنى أكثر تأثرًا من غيرك بطاقة

البيئة والناس من حولك سواء أدركت هذا أم لا؛ وذلك لأن الحدود التى تحيط بها شخصيتك مسامية وليست مصمتة. إنك تكاد تكون ذا "نفسية إسفنجية" بسبب قابليتك لامتصاص الكثير من موجات الطاقة المحيطة بك، وهذا عادة ما يمثل لك صعوبة كبرى؛ لأنه لو جلس بجوارك شخص واقع تحت ضغوط، فسرعان ما تجد نفسك تشعر بالقلق أو عدم الارتياح دون أن تدرك السبب. والأكثر من ذلك أنك إذا دخلت غرفة دار بها نقاش حاد قبل يومين، فستتأثر ببقايا الانفعالات التى لا تزال موجودة. ولأن كل هذه الأشياء غير مرئية وخفية فمن المحتمل ألا تشعر بما يحدث. والنتيجة الحتمية أن ينتهى بك الحال بإحساس بوقوعك تحت الضغوط معظم الوقت، وغالبًا ما تلوم نفسك على ذلك الإحساس.

إذا كنت تذكر قصة الأطفال "الأميرة وحبة البازلاء"؛ حيث لم يكن يعرف إلا الأميرة بوجود حبة البازلاء الصغيرة تحت أكوام كبيرة من أغطية الفراش، فستتكون لديك صورة دقيقة عن الحالة المزاجية لعنصرك، والذى يعبر عنها المصطلح النفسى "شخص بالغ الحساسية"؛ فأنت ذو جهاز عصبى دقيق وحساس للغاية مما ينتج عنه وقوعك عرضة للكثير من المثيرات.

كلنا نسير وسط بحر خضم من الطاقة أو "المعلومات" مع مضينا فى حياتنا اليومية، وكلنا يقرأ هذه المعلومات دون وعى ويتأثر بها. ولكل منا مدى اهتزازات تنبعث من جسمه والبيئة من المحيطة بنا نفسها قد تحتفظ بالكثير مما صدر عنا من هذه الاهتزازات. ولا يدرك أغلبنا أن أنظمتنا الداخلية تصدر رد فعل تجاه ذلك رغم أننا جميعًا قد مرت علينا خبرة معرفة من يتصل بنا هاتفيًا بمجرد سماع جرس الهاتف، أو التفكير فى شخص قبل وصول رسالته الإلكترونية مباشرة، أو ربما انتابنا إحساس مفاجئ بعدم الراحة بمجرد دخولنا غرفة من الغرف دون أن نعرف السبب، وبعدها بلحظات نعلم أن شيئًا غير سار قد حدث فيها. لكن إذا كنت تنتمى للعنصر المعدنى، فستكون أشبه بوعاء مفتوح يظل يتلقى الكثير من هذه الطاقة التى قد تؤثر عليك تأثيرًا هائلًا فى بعض الأحيان. قال لى أحد عملائى ممن ينتمون لهذا العنصر: "إننى أشعر دائمًا بالصخب من حولى"، ولم يكن – بالطبع – يقصد المعنى الحرفى للضوضاء، بل كان يشكو من صخب المعلومات من حوله والذى يفوق طاقته الخاصة.

لا يوجد فى الثقافة الغربية إلا القليل من اللغة أو التدريب الذى يؤهلنا للتوافق مع مثل هذه المستويات الحادة من الحساسية؛ لذلك يصبح الشخص المعدنى

فريسة سهلة وسط هذه الهجمات القاسية. إذا كنت معدنيًا، فستشعر أحيانًا وكأن روحك تحلق بعيدًا عن جسمك؛ لأنه من الصعب عليك أن تتواجد بكاملك وتشعر بكل هذا من حولك. قد تكون ممن لا يطيقون البقاء طويلًا فى مركز تجارى مزدحم، أو الحفلات الصاخبة؛ لأن طاقة الكثير من الناس من حولك تجعلك تشعر بآلام جسيمة فظيعة.

ولأنك شخص حساس؛ فإن الأشياء التافهة من السهل أن تزعجك وهذه الحساسية تظهر فى صور متعددة؛ فربما أنك تحتاج لوقت طويل تخلو فيه بنفسك حتى تتعافى من الضغوط التى يشعها الناس أو الأشياء فى البيئة المحيطة بك. أنت شخص لا تستطيع رؤية صورة معلقة على الحائط فى وضع مائل، بل تسارع إلى تعديل وضعها، كما أنك لا تطيق وجود ذرة تراب على زجاج النافذة، بل تسارع وتزيلها. قال لى أحد عملائى إنه يحب التأكد جيدًا من أن ظلال المصابيح مركزة على الحائط جيدًا حتى يشعر بالراحة فى أية غرفة. وهذا السلوك يعود إلى أن الشخص المعدنى لا يشعر بالراحة عندما يكون حوله شىء غير مألوف حتى وإن كان شيئًا بسيطًا. وبالمثل فهو يحاول دائمًا أن يحقق أقصى درجات التوازن والكمال فى الأشياء المحيطة. وإذا بلغ هذا الأمر درجة التطرف، فإن هذا التوجه يتضح فى صورة اضطراب وسواسى قهرى؛ حيث يبذل الشخص المعدنى محاولات مستميتة للسيطرة على أدق الأمور من كل شىء فى الحياة حتى يشعر بقدر من الراحة.

ونتيجة لهذه الاحتياجات؛ فربما يسىء الآخرون فهمك ويظنونك صعب الإرضاء، أو متسلطًا، أو تحاول أن تفرض رأيك عليهم. إن الفهم غير الصحيح قد يوقع شخصين فى مشكلة من الفعل ورد الفعل لا نهاية لها، وهذا هو ما رأيته ذات مرة عندما جاءتنى أم مع ابنتها ذات السنوات التسعة لاستشارة خاصة. وكانت الأم تأمل فى أن أستطيع مساعدتها على إزالة سوء التفاهم بينها وبين ابنتها لدرجة أصبحت الفتاة معها لا ترغب فى البقاء بالقرب مع أمها. وعلى الرغم من أن كلا منهما لم يحكيا لى تفاصيل الأزمة مباشرة، إلا أننى بنظرة واحدة إلى وجه الفتاة استطعت تحديد المشكلة؛ فقد أوضحت لى ملامح وجهها، وبشرتها، بل ونوع جسمها، وتركيبة عظامها كل ما أردت معرفته؛ وهو أنها معدنية.

أوضحت للأم طبيعة شخصية الابنة، وما تحتاج إليه، وبينت لها أن سبب تصرفها هو تأثرها بالأشياء الصغيرة حتى إن ملمس ثيابها على جسمها قد

يشعرها بعدم الراحة، وأنها قد تكون فى حاجة إلى مواعيد دقيقة لتناول الطعام والخلود للنوم، وأنها قد تشعر بعدم الراحة إذا حدث أى تغير أو انتقل شىء من مكانه ولو بصورة بسيطة. وإجمالًا، فإنها تشعر بالقلق بسبب تفاصيل دقيقة لا يكاد يلتفت إليها أى طفل آخر.

تهلل وجه الأم عندما كنت أتحدث، وقالت باندهاش إن هذه هى المشكلة بالضبط. لقد مكنتها من رؤية الأشياء من منظور جديد بدلًا من أن تنظر إلى ابنتها على أنها متنمرة ومشاكسة. لقد كانت تظن أن دورها كأم يفرض عليها أن تربى ابنتها على الاحترام، وربما كانت تعتبر محاولات ابنتها لرفض السيطرة نوعًا من الصراع على السلطة. على سبيل المثال كانت الابنة ترغب فى أن يكون باب غرفة نومها نصف مفتوح فى الليل، لكن أمها رفضت لأنها كانت تشعر بأهمية أن تكون الكلمة الأخيرة لها. ومع ذلك، بكت الابنة بمرارة — ليس نوعًا من السيطرة، بل لأن ترك الباب نصف مفتوح سيجعلها تشعر بالأمان وتقدر على النوم.

وثار بينهما أيضًا صراع آخر كان سببه عدم اهتمام الأم بالنظام والمواعيد؛ حيث لم تكن تهتم بأن تخبر ابنتها مثلًا بأن أمامهما خمس دقائق فقط حتى يغادروا المنزل لقضاء إحدى المهام، على الرغم من أن الشخص المعدنى يحتاج دائمًا إلى وقت ليستعد، والاستعجال يجعل الابنة تشعر بالقلق؛ لذلك كانت مضطربة عندما حثتها أمها على الإسراع. وهنا أيضًا، شعرت الأم بأن هذا تحدٍ لسلطتها، لكنها باتت الآن تدرك أن شخصية ابنتها تحتاج لفترة من الزمن تلتقط فيها أنفاسها حتى تتوافق مع أية فكرة جديدة.

وبعد أسبوع من هذا اللقاء، تلقيت من الأم مكالمة هاتفية تحمل أخبارًا سارة؛ وهى أن هذا الوعى الجديد جعل الأوضاع تتحسن إلى أبعد الحدود حتى إن الابنة أصبحت ترغب دائمًا فى أن تقضى أكبر وقت ممكن مع أمها. لقد أصبحت علاقتهما أكثر دفئًا ومرونة بفضل قدرة هذه الأم على تفهم طبيعة ابنتها، واحتياجاتها، وتصرفاتها.

من غير الغريب — إذن — أن نعرف أن الشخص المعدنى هو أصعب الشخصيات التى يمكن العيش معها؛ لأنه عندما يشعر بأى خلل من حوله، فإنه يصبح مفرط الحساسية قلقًا لا يرضى بما دون الكمال، وربما يصل به الأمر إلى درجة النقد والتسلط. من مزايا معرفة العناصر الخمسة أن تفهم أن هذه الصفات ليست

طبيعتك الفطرية، بل هى نوع من الطاقة؛ مما يمكنك من فهم طبيعة شخصيتك وكيفية رؤية الآخرين لك.

إن ما يبدو على أنه أضعف نقاط شخصية الفرد المعدنى هو أيضًا أعظم مميزاته؛ فحساسيتك موهبة رائعة لأكثر من سبب؛ فقد تمكنك - مثلًا - من التلون بلون البيئة المحيطة بك فى تعاملاتك مع الناس؛ وذلك لأنك تستشعر جيدًا "تردد موجات طاقاتهم"، وتعرف كيف تتوافق مع احتياجاتهم أثناء تعاملك معهم حتى تجعلهم يشعرون بالراحة. إن وعيك القوى بالشعور بالأشياء سيمكنك من أن تضفى لمسة من الجمال الفتان فى أى مكان أو أن تحقق نجاحًا باهرًا فى عملك بسبب عنايتك الفائقة بأدق التفاصيل. أنت متابع جيد لما يحدث على مستويات مختلفة فى أى موقف، ولديك القدرة على أن تنظر إلى أبعد مدى وتستبصر المستقبل لتستبق المشكلات قبل وقوعها وتضع لها الحلول أكثر من أى شخص آخر، وبمقدورك أن توظف طاقتك أفضل توظيف إذا استطعت أن تحافظ على التوازن فى حياتك.

العلاقات السطحية واللغو ليست من اهتمامات الشخص المعدنى الذى يسعى لحياة ذات مغزى ثرية بالأهداف كالحفاظ على الروحانيات رغم أنه قد لا يعتبر نفسه شخصًا روحانيًا. والشخص المعدنى لديه معايير عليا فى مثله ولن يشعر بالراحة بصحبة من لا يشاركونه الالتزام الخلقى.

وهذا العنصر دقيق، وذو عقلية تحليلية، يهتم كثيرًا بالتفاصيل، فتراه دائمًا يكتشف الأخطاء المطبعية فى الكتابة، وهدفه الأول هو فعل الأشياء كما ينبغى، ويهتم كثيرًا بجودة عمله، ولديه ضمير يقظ، كما أن ما يشغل باله دائمًا هو أن تكتمل الأشياء؛ فمن السهل أن يصاب بالانزعاج بسبب وجود مشكلات صغيرة، على سبيل المثال فإن التأخر عن المواعيد ليس من صفات العنصر المعدنى، وإذا حدث أن تأخر هو عن موعد؛ فإنه يشعر بغاية العصبية والتوتر.

والشخص المعدنى - عمومًا - يبالغ فى نقد نفسه؛ فأسوأ شىء يمكن أن يفعله بك أى إنسان هو أن يقدم لك بعض "النقد البناء"؛ لأنك بالفعل تقسو على نفسك إذا ارتكبت خطأ؛ لذلك لا تحتمل أن يلاحظ شخص آخر خطأك، والأسوأ من ذلك أن المعدنى يصعب أن يقبل مدح أى شخص له؛ لأن ضميره فى شدة القسوة ويتصدى لهذا بكل قوة.

والمنتمى لهذا العنصر يسمى أحيانًا "المضيف النموذجى"؛ لأنه جذاب، وبشوش، وشديد الاهتمام بأدق تفاصيل أى تفاعل اجتماعى. إنه يقدر الأخلاق، والعدل واتباع القواعد أمور مهمة له، ولا يذهب لدعوة إلا ومعه هدية لصاحب الدعوة، وينزعج أكثر من غيره عندما تصدر عن أحدهم هفوة اجتماعية. ولأن المعدن ذو طبيعة جامدة؛ فإن المنتمى للعنصر المعدنى شديد الصرامة فى تطبيق القوانين والنظم.

كانت إحدى صديقاتى تعلم ابنتها المراهقة ذات الطبيعة المعدنية قيادة السيارة. وفى أول تدريب لها على الطريق السريع علمت الفتاة أن الحد المسموح به للسرعة هو خمسة وستون ميلًا فى الساعة. وبالفعل زادت من سرعة القيادة امتثالًا للقانون. وبعد قليل تباطأت حركة المرور فى الطريق واضطر السائقون إلى تخفيض السرعة إلى أربعين ميلًا فى الساعة، إلا أن الفتاة أصرت على القيادة حسب السرعة المحددة، واندفعت إلى الأمام حتى صرخت أمها: "*اضغطى المكابح!*"؛ فقد كانتا على وشك الاصطدام بمؤخرة إحدى الشاحنات.

العنصر المعدنى والمسائل المادية

نظرًا لأن طاقة هذا العنصر تهتم بالتخفف من الأعباء؛ فإن شخصية من ينتمى إليه تستمتع كثيرًا بالتخلص من الأشياء التى لم تعد لها منفعة، فمن المهم بالنسبة له كل يوم أن ينهى عمله بتنظيف مكتبه، أن يقضى ظهيرة يوم الإجازة فى تنظيف خزانه ملابسه. إن أفضل صديقة لأية امرأة هى الصديقة ذات الشخصية المعدنية التى ترتدى نفس مقاسها؛ فصديقة من هذا النوع دائمًا ما تفحص خزانتها بدقة وتتخلص مما لم تعد فى حاجة إليه!

إن عدم التعلق بتكديس "الأشياء" صفة جيدة، إلا أنها أحيانًا ما تتجاوز الحد المناسب، فأحيانًا ما يتخلص الشخص المعدنى من أشياء كثيرة جدًا، والاستغناء عنها مما قد يؤدى إلى حرمان نفسه، وهو ما يتجلى فى عدة صور كأن يعيش حياة التقشف منعزلًا تمامًا عن الآخرين أو مقتصدًا إلى أبعد حد فى امتلاك المال أو تناول الطعام.

منذ سنوات كانت تعمل معى مساعدة ذات شخصية معدنية صميمة، وكانت تعيش معى ولا تأكل إلا أقل القليل، وقد ألزمت نفسها بنظام تدريب روحى يهدف

إلى الارتقاء بالقدرة البشرية على أن تعيش دون طعام. لقد كانت تزعم أنها تريد أن تخفف من وطأة ثقلها على الأرض، وأن ترحل من هذه الدنيا وليس معها إلا القليل، لكن هذا - فى الحقيقة - كان حرمانًا جائرًا لجسمها.

وكانت قد عملت معى لمدة عام، وعندما قررت فى النهاية أن تتركنى قالت لى إن السبب هو أنها سمعت عن دورة تدريبية روحية جديدة تود أن تلتحق بها. وعلمت منها أن القائم على الدورة مدرس يدعى أنه سيعلمهم كيفية التحكم فى درجة حرارة الجسم على أكمل وجه لدرجة أنهم لن يحتاجوا لاقتناء سوى قطعة واحدة من الملابس ولن يشعروا أبدًا ببرودة أو حرارة.

وهذا المثال يوضح حالة متطرفة من عدم التوازن لدى العنصر المعدنى؛ فالرغبة فى التحكم الكامل فى الجسم - والتحرر منه إن أمكن - تتغلب على صاحبها المعدنى عندما لا يستطيع السيطرة على حساسيته. ولكننى أعتقد أن حل هذه المشكلة يكمن فى التعايش مع الحياة المادية وليس التحرر منها. إنه لأمر مرهق أن تشعر وتتأثر بكل هذا القدر، وليس من الغريب أن تحاول التخلص من كل هذه "المعلومات"، ومع ذلك فإن اختيارك نعمة الحياة كإنسان فى هذا العالم الجميل ثم محاولتك أن تنكر ما يحتاج إليه الإنسان خطأ عظيم فى نظرى. ستمكنك زيادة الوعى من قضاء أسعد اللحظات فى إطار حدودك البشرية.

يرمز الصينيون للعنصر المعدنى بالعملة ذات الوجهين؛ لأننا هنا أمام طبيعة مزدوجة تشتمل على الثراء العظيم، والبساطة المطلقة.. المثل العليا، وسفاسف الأمور.. الغرور والتواضع؛ لذلك إذا كنت معدنيًا فإن حياتك ستكون تعبيرًا عن هذه الازدواجية. قد تكون ميالا لحرمان نفسك والعيش على حد الكفاف، وقد ينتهى بك الأمر إلى ذروة الثراء، أو ربما كانت حياتك مزيجًا من الحالين. قد تكون فى قمة الأرستقراطية والثقة بالنفس، أو قد تكون خاملًا وخجولًا. ربما أنك تعيش على أمجاد الماضى، وتحن إلى الأيام الخوالى، أو أن تكون ذا عقلية سباقة لا تهتم إلا بالمستقبل، وقراءة قصص الخيال العلمى، ولا تتعامل إلا مع أحدث التقنيات. إذا كنت تنتمى لهذا العنصر، فتعرف على نوع الازدواجية لديك.

نمط حياة الشخص المعدنى

— **الملبس:** الشخص المعدنى يحب التصميمات الكلاسيكية البسيطة، وذات الذوق العالى، والأقمشة الناعمة؛ لأنه يدرك أن ملمس القماش على بشرته مهم جدًا. ولا يفضل المعدنى الملابس الثقيلة، أو الخشنة، بل ينجذب لأقمشة مثل الحرير والكشمير ليس لأنه متكبرًا ولكن لأنه يشعر بروعتها. وأقمشة البوليستر، وغيرها من الأقمشة المصنعة بتروكيماويًا، أو ذات الملصقات التى تحتك بمؤخرة رقبته ستكون شيئًا لا يطاق بالنسبة له. أما الألوان المفضلة عنده فهى الهادئة، وغالبًا ما ستكون الملابس أحادية اللون ويغلب عليها الأبيض، أو الرمادى، أو الرصاصى، ومن الأفضل القماش الذى به لمعة معدنية.

أما المرأة المعدنية، فتحب المجوهرات، وإذا استطاعت شراء عقد واحد من اللؤلؤ الحر فستفضله على أكوام من إكسسوارات الحلى، أما بالنسبة للحذاء فسيكون فى أعلى درجات الكمال مثل سائر ملابسها!

— **المنزل:** عندما ينظم المعدنى بيته، فإنه يهتم بالأشياء البسيطة والمساحات الواسعة، وطلاء الجدران بألوان محايدة أو أحادية اللون ليشعر جهازه العصبى الحساس بالراحة؛ فالمعدنى لا يحتاج للإثارة التى يحتاج إليها عنصر النار. وهدف المعدنى هو تحقيق التوازن والتناسق بين الأشياء من حوله، كما أنه يحب الغرف الواسعة التى تجعله يشعر بأنه يستطيع أن يملأ صدره بالهواء عندما يتنفس. ولأنه لديه خوف من الأماكن المغلقة، فهو يفضل النوافذ الواسعة التى تظهر أمامه المشهد بالكامل حتى يستطيع الرؤية إلى أبعد مدى، ويفضل أيضًا أن يكون منزله أعلى من مستوى سطح الأرض، ويهتم بالنظافة وتوفير الفضاء أكثر من أى شىء آخر.

ويتأثر المعدنى برؤيته للأشياء مبعثرة أكثر من تأثر أى عنصر آخر، لكن هذا لا يعنى أنه مهووس بالنظام، فيكفيك أن تفتح خزانة ملابسه أو درج مكتبه لترى الفوضى بعينها. إن أكثر ما يهمه هو ظاهر الأشياء من الخارج، وما دام يستطيع أن يوصد أبواب خزانة الملابس فإن كل شىء على ما يرام!

وعادة ما يكون من يستدعينى لعمل فنج شوى شخصًا معدنيًّا؛ لأنه يستطيع الإحساس بالأشياء عندما تسير "على غير ما يرام" فى محيطه. وعندما أقبل

إحساسه ومشاعره، يحيينى بإطلاق تنهدات الارتياح ويبدو لى كما لو كان جميع المحيطين به يعتبرونه مجنونًا!

— **الحركة:** مـن المفيـد بالنسبـة للشخص المعدنى ممارسـة أية أنشطة تساعـده على التنفس المنتظم مثل العـدو، والمشى، وتمارين الأيروبكس، واليوجا، والسباحة. أما الرياضات الخشنة أو التنافسية خاصة إذا كانت رياضات جماعية، فإنها لا تروق له.

— **المهنة:** نظرًا للوعى الراقى بالجمال لدى الشخص المعدنى؛ فإنه يتميز فى مجال الأزياء والتصميمات الداخلية، والجرافيك. وتؤدى دقته واهتمامه أيضًا إلى نجاحه فى مهن مثل الجراحة، والبرمجيات، والحسابات، والتحرير الصحفى، والرسم. ونتيجة لحساسيته المرهفة، فربما ينتهى به الأمر إلى مهن تتعامل مع الطاقة الخفية مثل الفنج شوى، وتطهير الفضاء، وطب الطاقة.

ربما لاحظت على نفسك أو على أحد أصدقائك هذه الصفات، وهذا من شأنه أن يمنحك أفكارًا لفهم نفسك وفهم الآخرين، لكنك قد تلاحظ أنه على الرغم من وجود بعض ملامح العنصر المعدنى، إلا أنها ليست جميعًا لديك أنت أو صديقك. تذكر أنه على الرغم من أننا جميعًا لدينا جزء من كل عنصر من العناصر الخمسة فى شخصياتنا؛ فإنه غالبًا ما يكون الحضور والتركيز لعنصر أو لعنصرين منها، بل إن بعض الناس قد يكون لديهم أربعة عناصر تتضح بقوة فى وجوههم ويكون القصور عندهم فى عنصر واحد فقط. لذلك؛ فإنك بمواصلة القراءة فى هذا الكتاب ستستطيع تحديد نوع ثانٍ، أو ثالث، أو – حتى – رابع يساعدك على فهم شخصيتك بصورة متكاملة.

أما إن لم تجد لديك ملامح العنصر المعدنى بوضوح، فأنت لا يزال لديك بالتأكيد أنف، وخدان... إلخ. فى الفصل التالى سنتناول كل ملمح من هذه الملامح بالشرح ونعرف التفاصيل التى قد يمنحها لنا عن مدى تغلغل هذا العنصر فى قلب شخصيتك.





قراءة ملامح العنصر المعدنى



كما ذكرت من قبل، فإن كل عنصر يرتبط بمجموعة محددة من الملامح بالإضافة إلى منحه الوجه بكامله مظهرًا خاصًا يميزه. وفى هذا الفصل سنتعرف على العنصر المعدنى بصورة أكثر عمقًا؛ وذلك من خلال أجزاء الجسم التى يرتبط بها.

الأنف

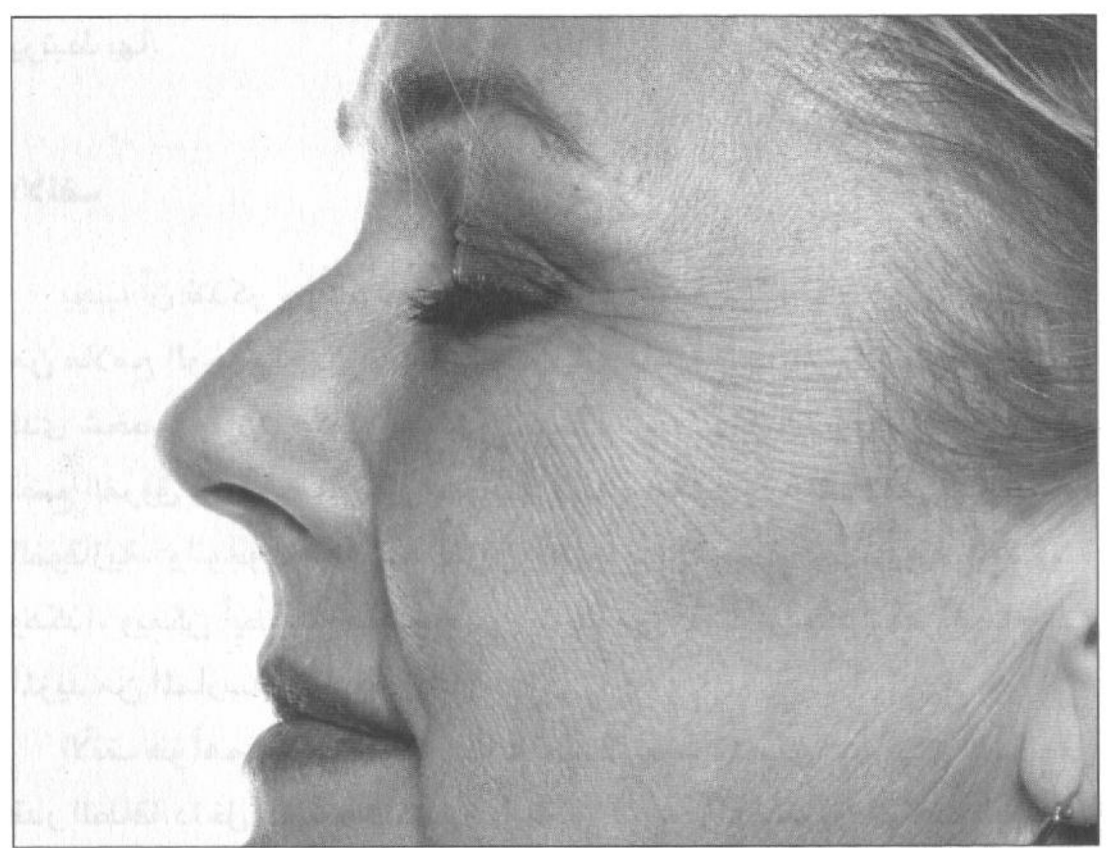
يجب أن نتذكر جيدًا ونحن نقوم بقراءة الوجه أن الحكم على حجم ملمح من ملامح الوجه يكون بمقارنته بحجم باقى الملامح؛ فالملمح الذى يبدو ضخمًا لدى شخص معين قد يكون صغيرًا بالنسبة لآخر. وإضافة إلى ذلك، يجب أن نضع الفروق بين الأجناس فى اعتبارنا؛ فالوجوه القوقازية تتم مقارنتها بالوجوه القوقازية، والوجوه الإفريقية تقارن بالوجوه الإفريقية، والآسيوية بالآسيوية وهكذا. ويمكن أيضًا قراءة وجوه من مزيج من الأجناس ولكن هذا يحتاج إلى المزيد من الممارسة والخبرة.

الأنف هو أهم ملامح الوجه الدالة على العنصر المعدنى، وهو يدل أيضًا على قدر الطاقة داخل الجسم؛ فكلما كبر حجم الأنف، زاد مخزون الطاقة بالجسم.

كانت تقاليد العصور القديمة فى منطقة الشرق الأوسط تقضى بسحب أنف الأمراء وتدليكها؛ لأنهم كانوا يرون أن الإنسان لن يكون ملكًا إلا إذا كانت أنفه كبيرة. وإذا كان حجم الأنف كبيرًا، فسيكون صاحبه طموحًا وحرًا، أما الأنف شديدة الضخامة فإنها تدل على شخصية متمركزة حول ذاتها، وإذا كان الأنف ممتدًا للأمام بعيدًا عن الوجه بأكثر من بوصة؛ فهذه علامة على أن صاحبها يجب الريادة والابتكار. وإذا أجريت عملية لتصغير حجم الأنف: فإن هذا لن يؤثر على نشاط الفرد وقدراته فى الأربعينات من العمر – كما ذكرت من قبل – فحسب، بل إن هذه العملية ستؤثر على طاقة الجسم طوال العمر.

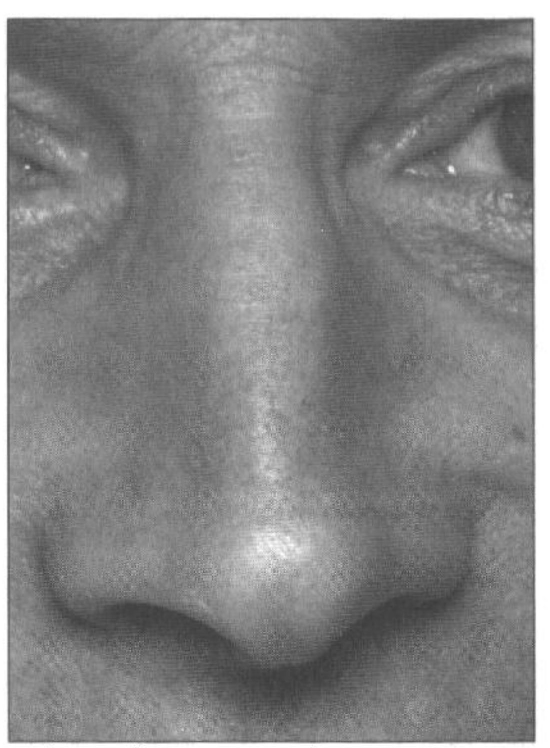
أما الأنف المسطحة أو الصغيرة، فتدل على عدم تركيز صاحبها على مواضع قوته؛ فهو راض عن حاله ومطمئن إلى ما حققه من إنجاز أيًا كان، وقد يتميز فى المواقف التى تتضمن فرق العمل،ولا يشعر بحاجة للظهور والتميز.

ليس من الضرورى أن يكون الأنف كبير الحجم وبارزًا ليتمتع صاحبه بصفة جوهرية من صفات العنصر المعدنى. وإذا كان الأنف تام التكوين، فهذا دليل على أن صاحبه مثالى النزعة (الشكل٩٦). والشخص المثالى هو الذى يتعامل مع رؤيته الخاصة بجدية ويرغب فى أن يكون لحياته هدف ومعنى.



الشكل٩٦: الأنف المعدنى تام التكوين والمعالم يدل على أن صاحبه شخص مثالى.

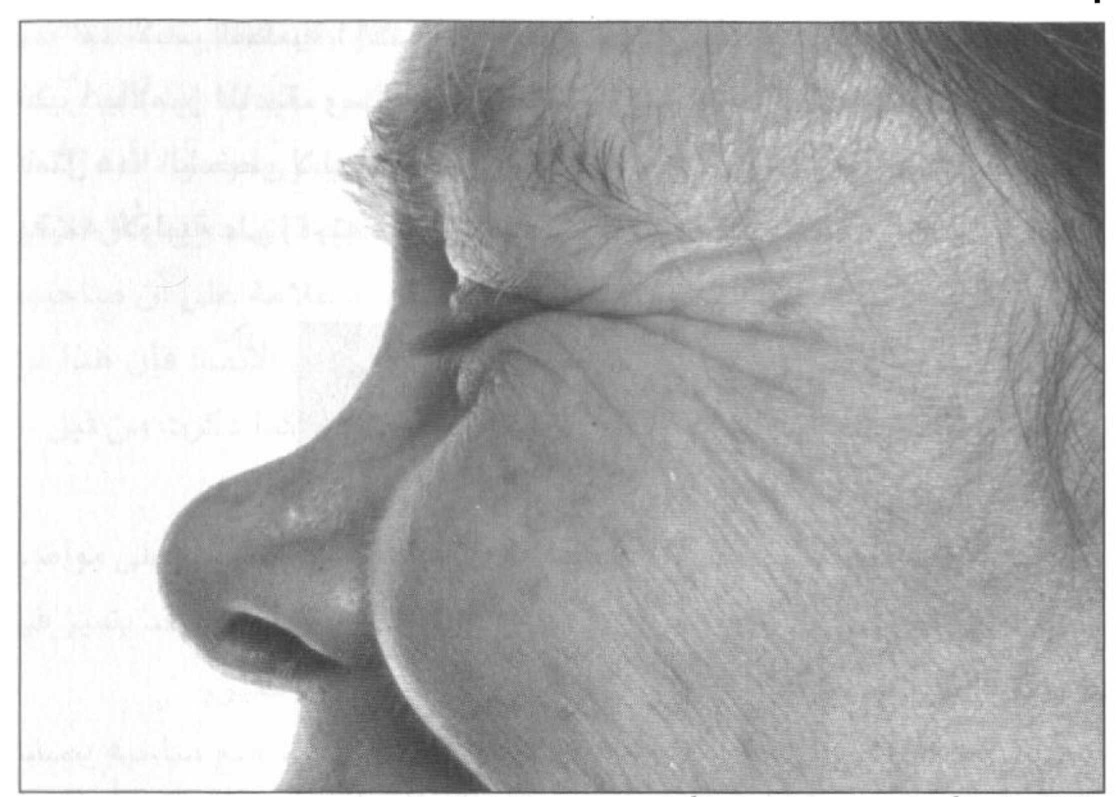
أما الأنف العظمية (الشكل٩٧) فتدل على أن صاحبها ميال للزهد ولا يهتم كثيرًا بالأمور المادية. وصاحب هذا الملمح أكثر أفراد العنصر المعدنى مثالية؛ فمثل هذا الشخص لا يهتم بالعمل – مثلًا – من أجل جمع المال؛ بل يعطى مثله وقيمه الأولوية على راحته فى الحياة.



الشكل٩٧، تعكس الأنف العظمية زهدًا فى الأمور المادية.

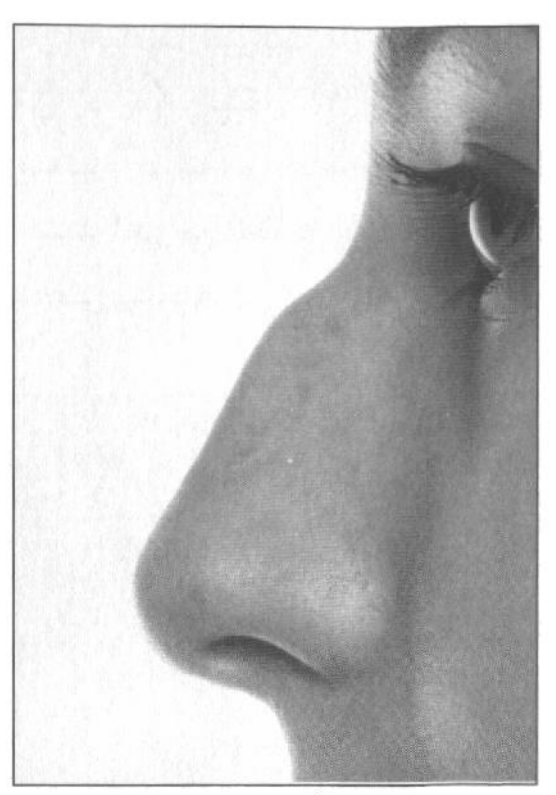
إذا كان الأنف عظميًا جدًا، وضيقًا؛ زادت احتمالية زهد صاحبه، بل ربما كان يحتقر المال، ويميل للتنسك، ويرفض المتعة.

والأنف الشبيه بـ "منحدر التزلج" أو المرتفع من الطرف الأمامى (الشكل٩٨) يدل على عاطفية صاحبه، وربما بذخه فى إنفاق ماله بلا اهتمام، ومع ذلك يغلب عليه أن يكسبه ثانية بصورة أو بأخرى. وهذا النوع من الكرم يرتبط بالشفقة والاهتمام بالآخرين والرغبة فى أن يبادله الآخرون نفس المشاعر.



الشكل٩٨: الأنف المرتفع من الطرف الأمامى يدل على عاطفية صاحبه.

أما إذا كان الأنف به نتوء أسفل قنطرته (الشكل٩٩)، فهذا يدل على حب صاحبه للتمتع بأحد أشكال السلطة لدرجة أنه سيشعر بالسخط إذا لم يحدث هذا. وغالبًا ما يشعر هذا الشخص بعدم قدرته على كبح جماح الرغبة فى توجيه الآخرين والناتج عن اعتقاده بأنه يدرك الموقف وتفاصيله إدراكًا أفضل - وهو ما يحتمل أن يكون حقيقيًا! والمصاعب التى تواجه الشخص المعدنى من نوعين أساسيين، وضع الحدود، والتحكم فى الذات. ليس من الملائم فى كل الأحوال أن تكون صاحب السلطة المسئول. إن معرفتك بوجود هذا الملمح لديك يفيدك فى فهم مشاعرك وتصرفاتك، وربما لاحظنا هذه التصرفات على نفسك ووجدت رد فعل غيرك تجاهك سيئًا رغم أنك كنت تظن أنك تحاول المساعدة. مرة أخرى أؤكد أن هذه الصفة - مثل غيرها - لا يمكن وصفها بالسلبية أو الإيجابية؛ لذلك علينا أن نعتبرها جزءًا من طبيعة شخصياتنا علينا أن نفهمها جيدًا.

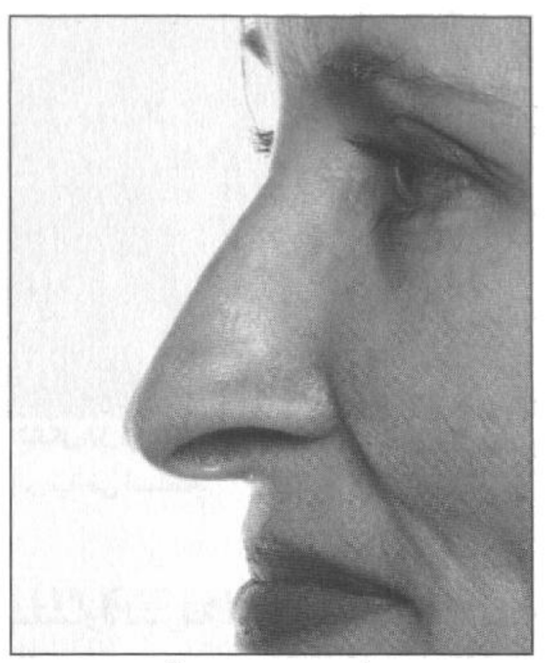


الشكل٩٩ : النتوء بأسفل قنطرة الأنف يدل على الرغبة فى السلطة.

ذات مرة قدمت استشارة لشركة كان أحد العاملين فيها يسبب ضغوطًا لباقى زملائه، وكان هذا الرجل أحد أفراد فريق عمل فى مشروع مهم جدًا، لكنه كان يحاول دائمًا فرض رأيه على الجميع. كان يحاول السيطرة على اجتماعات فريق العمل، وكلف البعض بأداء مهام معينة، وأمر زملاءه بتنفيذ ما يطلبه حرفيًا. وكانوا كلما ازدادوا مقاومة له يزداد هو غضبًا وقلقًا إلى أن رفض الجميع التعاون معه. وكانت الإدارة على وشك فصله من العمل إلا أن هذا لم يحدث لكفاءته العالية.

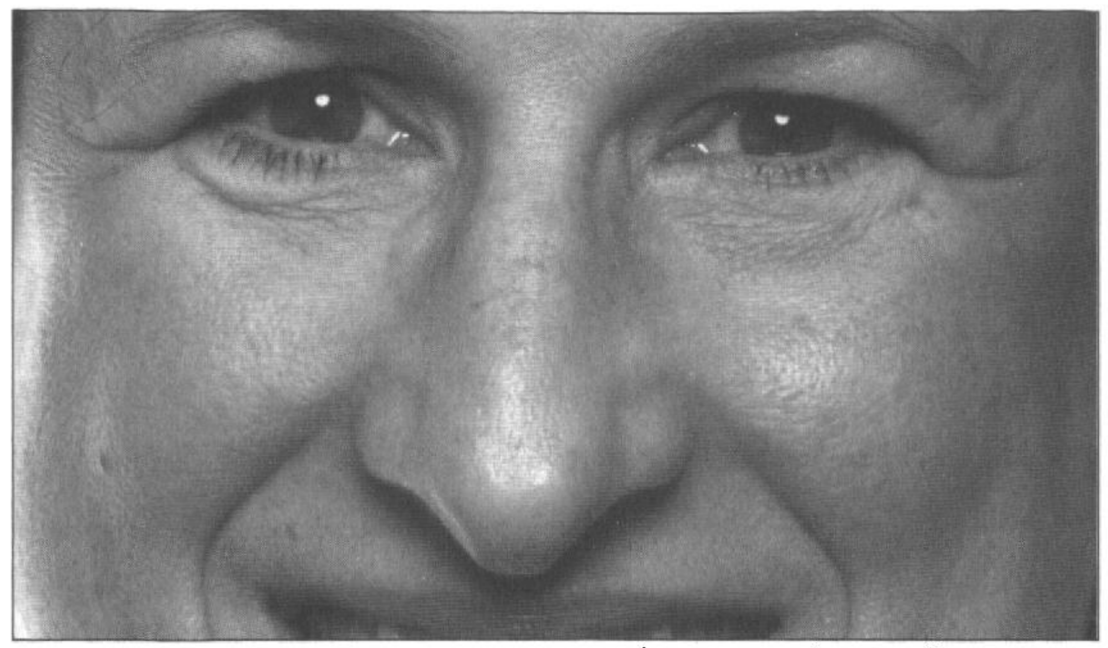
عندما التقيت به لم أجد سببًا – باستثناء أنفه البارز – لتصرفه بهذه الطريقة، ولكن لم يلبث هذا الغموض أن زال بمجرد أن التقط هذا الرجل كوبًا ليشرب فتغيرت زاوية رؤيتى لوجهه مما أتاح لى رؤية نتوء بارز على قنطرة أنفه. لقد اتضح لى من خلال هذا الملمح أن هذا الشخص لديه رغبة داخلية فى التحكم فى أحد، وإذا نجح فى هذا فسيشعر بالرضا وراحة البال. ولذلك؛ لم تكن نصيحتى لزملائه ورؤسائه بفصله، بل بإجراء تعديلات طفيفة على وظيفته مثل تعيين مساعد تحت إمرته لكى يأمره كما يحلو له!

والأشكال الأخرى من الأنف تدل على بعض الاختلافات الطفيفة فى الشخصية؛ فالأنف المائل لأسفل من الطرف (الشكل١٠٠) يدل على شخص يتسم بالدهاء، وهذا يظهر فى صور متعددة؛ بداية من النجاح فى تنفيذ المخططات فى العمل، وانتهاءً بالقدرة على كشف الدوافع الخفية لمن يتعاملون معه. ويدل هذا الملمح عمومًا على غلبة الشك على صاحبه.



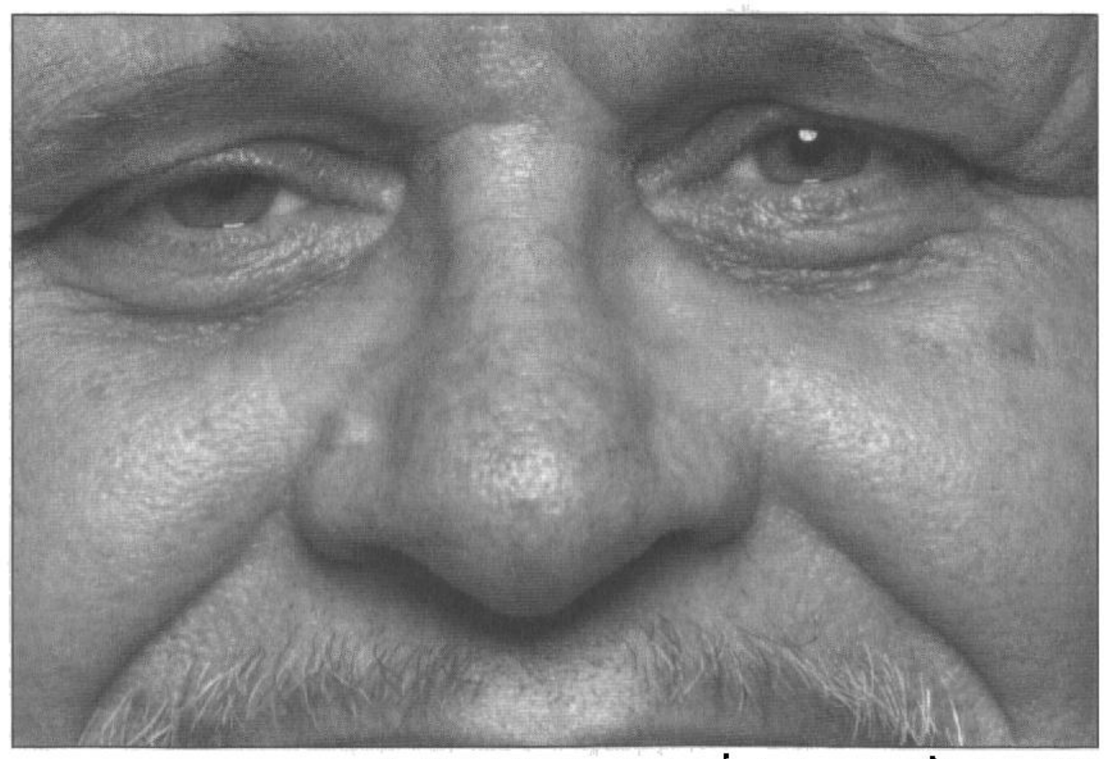
الشكل١٠٠ ، الأنف مائل الطرف لأسفل يكشف عن شخصية تتسم بالدهاء.

ولكن إذا زاد ميل طرف الأنف لأسفل حتى غطى جزءًا من الوهدة التى تعلو الفم (الشكل١٠١)؛ فإن مهارة صاحب هذا الملمح تتمثل فى مجال المال، ويقال إن صاحب هذا الملمح أكثر قدرة على الحفاظ على المال وإدارته. والمعنى الأعمق لهذا الملمح هو قدرة صاحبه على استثمار وتوظيف طاقاته ومواهبه فى جميع مناحى الحياة.

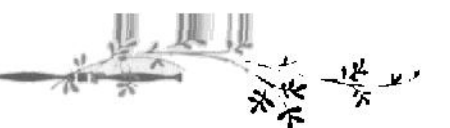


الشكل١٠١ ، الأنف المائل لأسفل ويغطى جزءًا من الوحدة التى تعلو الفم يدل على مهارة فى الاستثمار.

أما الأنف المليء (الشكل١٠٢)، فهو يدل على وجود شيء من طاقة العنصر الترابى فى الشخصية؛ أى إن صاحب هذا الأنف يجد سعادته فى الماديات، ويحب الاستمتاع براحته وبمباهج الحياة، وغالبًا ما يوجد هذا الملمح لدى النهمين فى الأكل وراغبى تكديس الأشياء وامتلاكها.



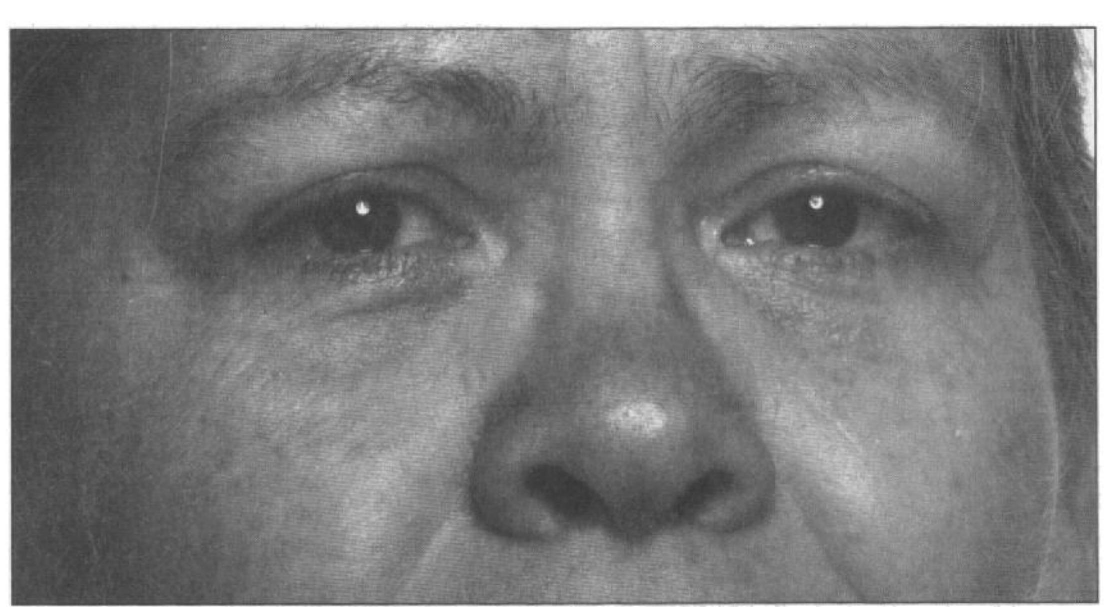
الشكل١٠٢ ، الأنف المليء يدل على أن صاحبه يستمتع بالمباهج المادية.



المنخران

تعلمنا الطريقة الصينية لقراءة الوجه أن المنخرين يظهران كيفية إنفاق صاحبهما للمال، ولكن الحقيقة أنهما يبيِّنان كيفية استخدام صاحبهما للطاقة من أى نوع بما فيها المال. إذا كان حجم المنخرين ضخمًا؛ فهذا دليل على أن صاحبهما من السهل أن ينفق المال، وأنه لا يجد مشكلة فى أن يغامر بـ "كل" ما يمتلكه في أى مشروع. ربما يكون مرجع هذا إلى ثقة لاشعورية متأصلة لدى الفرد بأنه سيكون لديه المزيد من المال، أو لتمتعه بتدفق ثابت للمال متمثل فى عمل ذى راتب ثابت، أو عدم وجود رهونات أو أقساط عقارية يدفعها. لكن هذا الملمح قد يكون علامة خطر على الإسراف سواء فى إنفاق المال، أو إهدار الطاقة والوقت أو جميع هذا.

لكن إذا كان المنخران واسعين ومكشوفين لمن يقف فى المواجهة (الشكل١٠٣)، فهذا يدل على مشكلة مؤكدة. وإذا ما رأيت هذا الملمح على وجه أحد العملاء، فسأحتاج إلى نوع قوى من التكامل فى التعامل معه لأنه قد يكون "صيدًا سهلا" يسهل إقناعه بكل ما يقال له. ومن حسن الحظ أنه يمكن تعديل أو ضبط أثر هذا الملمح عن طريق ملامح أخرى فى الوجه مثل شحمتى الأذن الضخمتين اللتين تدلان على أن صاحبهما يفكر فى احتياجاته المستقبلية، وسيكون متوازنًا ماليًا على الدوام.

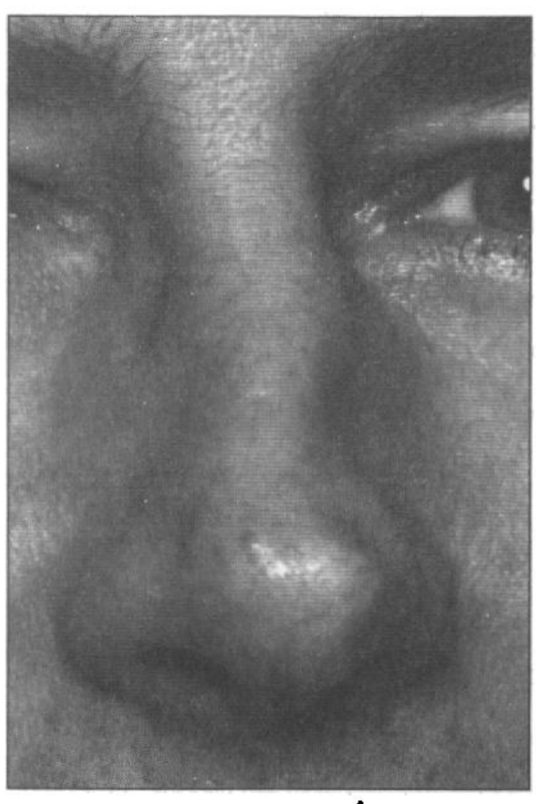


الشكل١٠٣ ، المنخران المرئيان بوضوح يدلان على أن صاحبهما يهدر ماله وطاقته.

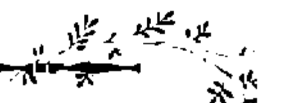
أما المنخران الصغيران فيدلان على حرص صاحبهما على ماله وطاقته، ودقته فى تقدير تكلفة الشيء ماليًا (ومن الطاقة)، وحرصه فى قدر الجهد المستعد لبذله، ولا يقدم على أية خطوة إلا بعد معرفة الفائدة التى ستعود عليه من ورائها وأنها فعلًا تستحق ما سيبذله من أجلها. وصاحب المنخرين الطويلين الضيقين قناص صفقات ويحصل من ماله على أعلى قيمة له.

حضر إحدى ورش العمل التى عقدتها شخص خيِّر ومشهور بكرمه، وكان هذا الرجل قد أجرى جراحة لتعديل انحراف الجدار بين منخريه؛ مما أدى إلى تغير شكل فتحتى الأنف، فضاقتا، وسرعان ما كف بعد العملية عن الإنفاق بسخاء فى أعمال الخير.

ومن الناحية البدنية، فإن الأنف تعكس الحالة الصحية لمنطقة الظهر (الشكل ١٠٤). وعلى الرغم من أن هذا قد يبدو غريبًا، إلا أن الطريقة الصينية لقراءة الوجه تعلمنا أن حالة الأنف تعكس الحالة الصحية للسلسلة الفقرية فى الظهر. فى مستهل دراساتى لقراءة الوجه كان من الصعب على شخصيتى المتشككة أن تقبل هذا الفرض، ولا أزال حتى الآن أفحص الصلة بين الأنف والسلسلة الفقرية فى كل استشارة أقوم بها. وعندما أرى أنفًا تميل عظمتها إلى أحد جانبى الأنف؛ فغالبًا ما أجد أن صاحبها يعانى من ميل فى العمود الفقرى بنفس ميل الأنف.



الشكل١٠٤: الأنف يعكس الحالة الصحية للعمود الفقرى.



حتى لو لم يكن ثمة مشكلة صحية فى العمود الفقرى؛ فإن من يميل أنفه ميلًا غير مألوف يعانى غالبًا من آلام مزمنة فى الظهر. أصيب عدد من عملائى بشلل أطفال لفترة مؤقتة فى بدايات حياتهم، لكنهم لا يزالون يعانون من ضعف العمود الفقرى وجميعهم لديه علامات قوية على الأنف تدل على ذلك أيضًا.

وتعكس المنطقة العلوية من الأنف الحالة الصحية للرقبة وأعلى الظهر، وتعكس منطقة منتصف الأنف مشاكل منتصف الظهر، وتعكس منطقة أسفل الأنف الحالة الصحية لمنطقة أسفل الظهر. إن ميل عظمة أو غضروف الأنف يرتبط بمتاعب فى العمود الفقرى، بينما يدل عدم تناسق أرنبة الأنف على متاعب فى عضلات الظهر.

كان أحد الملتحقين بما أعقده من ورش عمل كهلًا ضخم الأنف، وكان طرف أنفه غريب الشكل واللون معًا، وكان يعانى من ألم مزمن فى الظهر لا يعرف سببه ودون تشخيص لفترة طويلة. وكانت والدته قد أخبرته بأنه قد سقط فى طفولته من مهده على وجهه مما أدى إلى تقوس حاد فى أنفه. وفى سن المراهقة أجريت له عملية لتعديل شكل أنفه، ولكن على الرغم من نجاح العملية فى تقويم أنفه، إلا أنه يبدو أن خطأ قد حدث أثناء العملية أو فى فترة النقاهة، فكانت النتيجة تغير لون أنفه وشكله كما لو أن الدم لم يكن يصل له كما ينبغى. وقال لى إنه يذكر أنه بعد خروجه من المستشفى أصبح ألم ظهره أكثر حدة دون أن يعلم السبب واستمر هذا الألم على مدار حياته.

الخدان

إذا كان أعلى الخدين بارزًا (الشكل١٠٥)؛ فهذا دليل على وجود قدرة صاحب العنصر المعدنى على تولى السلطة؛ وهذه الصفة قد تكون إيجابية بعدد من الصور، فصاحب هذا الملمح يستطيع التعبير عن نفسه وعن مطالبه بحسب كل موقف، ويستطيع إدارة الشركات أو المنازل، ويوجه التعليمات حسب الضرورة. ومع ذلك؛ فإن الخدين الغليظين يدلان على أن صاحبهما ميال للسيطرة - أو على الأقل التعبير للآخرين عن رأيه. أما إذا كان الخدان مستديرين مملوءين؛ فهذا يخفف حدة هذه السيطرة ويضفى على الفرد المزيد من دفء عنصر التراب. وفى هذه الحالة يسعد الناس بتنفيذ ما يطلبه منهم صاحب هذا الملمح

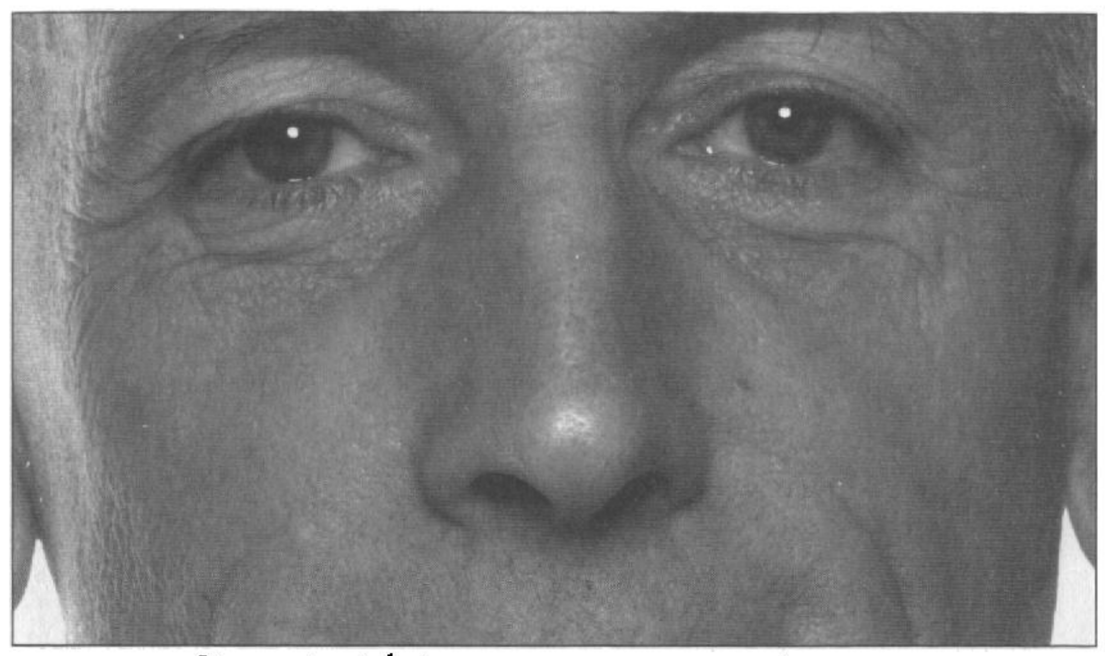
لأنهم يشعرون بحرصه عليهم.



الشكل١٠٥ : الخدان البارزان يوضحان قدرة صاحبهما على التحدث بثقة والتعبير عما يريد.

نلاحظ أحيانًا البروز الواضح لعظم الخدين على جانبى الوجه بجوار الأذنين، وأحيانًا ما يبرز عظم هذه المنطقة بقوة لدرجة تبدو معها مرتبطة بالأذن تقريبًا، وهذا يدل على نوع من القسوة خاصة إذا لم تكن مقدمة الخدين مستديرة. وهذا الملمح قد يأخذ أشكالًا مختلفة، بداية من شكل هزلى بسيط وانتهاء بشكل ينم عن شخصية قاسية متعطشة للسلطة، ويدل أيضًا على التزام هؤلاء الأشخاص بوعودهم، ولكن احذر: عندما يوجهون إليك أى إنذار عليك أن تصدقهم!!

أما الخدان المسطحان (الشكل١٠٦)، فيدلان على عدم التدخل فى شئون الآخرين، وأن صاحبهما لا يحب أن "يسيطر" عليه أحد فى أى منحى من مناحى الحياة، ويفضل العمل بمفرده ويكره أن يشرف عليه أحد ربما إما لثقته بذاته، أو لضعف ثقته فيها نتيجة ما أنجزه. وإذا صاحب هذين الخدين لدى أحدهم اقتراب حاجبيه من بعضهما من المنتصف – كما بينا فى الفصل الخاص بعنصر الخشب – فهذا الشخص يرفض الخضوع لمتابعة الآخرين أو توجيهاتهم، ويبذل أفضل ما لديه عندما تتاح له حرية القرار الحر لاختيار ما يقوم به من مهام، ولا يرغب فى متابعة الآخرين أو الإشراف عليهم.



الشكل١٠٦ : الخدان المسطحان يدلان على كراهية الخضوع للرقابة أو الإشراف على الآخرين.

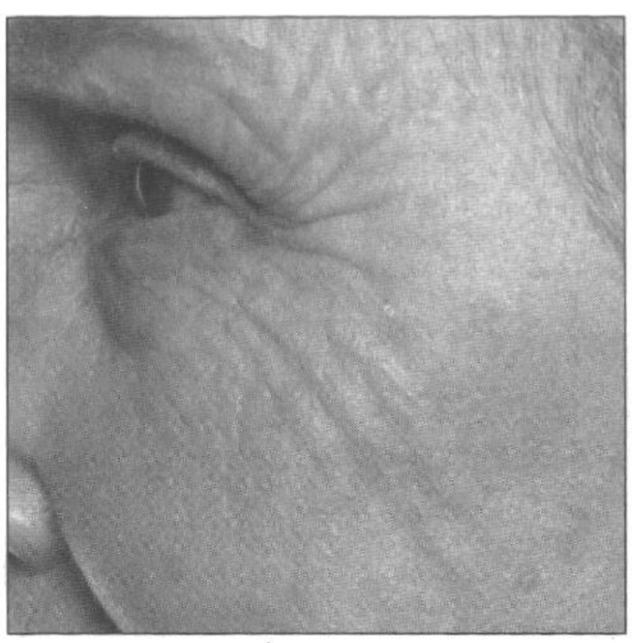
قد تلاحظ وجود تجعيد صغير مقوس أو أكثر أسفل العينين مباشرة (الشكل١٠٧)، وهذه علامة على أن هذا الشخص قد مر بتجربة أليمة فقد فيها شيئًا عزيزًا في فترة من فترات حياته، وغالبًا ما تدل مثل هذه التجاعيد على فقدان من تظهر على وجهه لشخص كان يعني له الكثير، سواء انتهت هذه العلاقة بالانفصال أو حتى بالوفاة.



الشكل١٠٧ : الخطوط الصغيرة المقوسة أسفل العينين تدل على فقدان شيء عزيز.

ولكن إذا كان الحزن ناتجًا عن فقدان شيء يؤثر على حياة صاحب هذا الملمح تأثيرًا ملحوظًا؛ فإن هذه الخطوط ستظهر على الخدين أيضًا (الشكل١٠٨). وإذا كان الحدث ذا أثر عميق ومستمر على الحياة، فسيزداد طول هذه الخطوط، وتتحرك لأسفل حتى تصل إلى أسفل الخدين لتكون ما يعرف باسم "خطوط

الحزن". ولكن هذا لا يعنى أن هذا الشخص يواجه خطرًا؛ فهذه الانفعالات تمثل جزءًا من الحياة. إن الشعور بالحزن والفقدان جزء من طاقة العنصر المعدنى، وهى طاقة لدينا جميعًا فى داخلنا. أما إذا سيطرت عليك هذه الانفعالات لدرجة أعاقتك عن مواصلة حياتك؛ فإن هذا العجز عن التحرر من أحزانك قد ينعكس فى صورة خطوط غائرة متجهة لأسفل خديك.

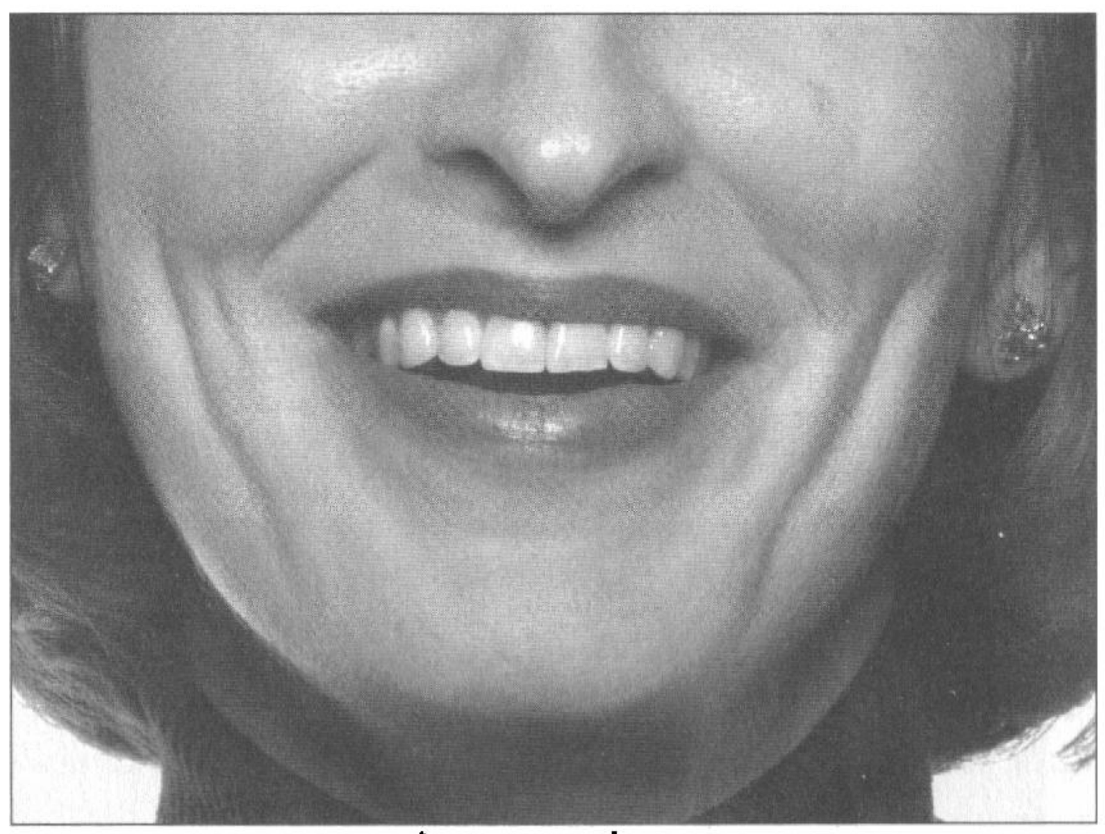


الشكل١٠٨: الخطوط الممتدة لأسفل الخدين تدل على مشاعر الحزن.

إن أية تجاعيد أو علامات على الخدين، أو تغير فى لونهما قد يشير إلى مشاكل انفعالية لها علاقة بالعنصر المعدنى. وهذا يعكس كل ما يرتبط بمشاعر الفرد بالحزن أو الإحساس بقيمته، أو قدرته على التعبير عن ذلك. ومع ذلك، فإن وجود أية علامة هنا قد ترتبط بحدث تعرضت له أو ستتعرض له فى حياتك فى السنة التى يشير إليها موضع العلامة على خريطة الوجه السابق ذكرها (انظر صفحة ٤٨ و ٤٩). ولأن الخدين يوضحان أيضًا صحة الرئتين؛ فقد تشير إلى مشاكل صحية، أو قد تتضمن جميع العوامل السابقة نفس المعنى.

أسفل الخدين

توضح المنطقة الواقعة تحت عظمتى الخدين أثر الضغوط التى يتعرض لها الفرد على صحته الانفعالية والجسمانية. وعندما تنتج هذه الضغوط عن إجهاد فى العمل، أو سوء تغذية، أو ضيق تنفس، أو معاناة استمرت فترة طويلة، أو الشعور بحرمان أو نقصان شىء تنعكس فى صورة؛ فالنتيجة (تجاويف)، أو تجاعيد رأسية على جانبى المنطقة السفلية من الخدين، وتسمى (خطوط الحرمان) (الشكل١٠٩)، وهى علامة على وجود العنصر المعدنى فى شخصيتك، وتدل على أن هناك شيئًا تفقده فى حياتك سواء كان هذا الشىء ماديًا، أو انفعاليًا، أو أنك لا تجد ما يكفيك من شىء ما.



الشكل١٠٩: "خطوط الحرمان" قد تكون من أعراض الضغوط، أو ناتجة عن إحساس دائم بالحرمان.

إذا كانت هذه الخطوط الرأسية محفورة مستديمة فى الخدين، فقد تكون علامة على أن صاحبها كان يشعر بالإهمال وتجاهل الآخرين فى طفولته، أو ربما قد نشأ فقيرًا ولا يزال يحمل مشاعر الفقر معه فى سن الكبر. وهذه الخطوط تظهر أيضًا إذا سار الشخص على مسار حرمان الذات الذى يمليه عليه العنصر

المعدنى، فربما يستغنى عن الدعة والراحة أو يعمل عملًا شاقا ومتواصلًا. ومن الممكن أيضًا أن يكون قلقًا بشأن وضعه المالى أو إسرافه فى إنفاق المال. وإذا استمر هذا الاضطراب لفترة طويلة، فستكون النتيجة الحتمية شعورًا عميقًا بالفقر وعدم الأمان – وإذا وصلت الأمور إلى هذا الحد، فلن يشعر المرء بأن لديه من الموارد ما يكفى ليقتسمها مع الآخرين مما يستحيل عليه معه الشعور بالراحة أو الرغبة فى العطاء.

وإذا كانت هذه الخطوط عميقة جدًا، أو عندما تصبح المنطقة بكاملها غائرة؛ فهذا دليل على بلوغ هذا الشعور مداه، وقد كان وجه الملياردير "جى. بول جيتى" مثالًا جيدًا لهذه الملامح، والذى كان – على ثرائه الباذخ – قد ركب كبائن هواتف ببطاقات مدفوعة الأجر مقدمًا فى قصره المنيف لأنه لم يكن يرغب فى تحمل نفقات المكالمات الهاتفية لضيوفه!

وخطوط الحرمان تظهر مؤقتًا عندما يعمل الفرد كثيرًا ويقع عرضة لضغوط العمل، ويغلب على المعدنيين أن يظهر على وجوههم من وقت لآخر بعض العلامات البسيطة من هذا النوع. ولكن ظهور هذه العلامات مفيد لأنها تدل على الحاجة إلى الراحة وربما تدل على ضرورة التعامل مع النفس والحياة عمومًا ببساطة.

وقد تزداد "خطوط الحزن" – السابق شرحها – طولًا وتتحول بمرور الوقت إلى خطوط حرمان. وإذا حدث هذا الشىء، فهو دليل على أنك تحمل انفعالات قوية لدرجة أن خسارتك قد أوجدت فراغًا كبيرًا فى حياتك. وإذا كان هذا الشعور عميقًا ومتواصلًا لدرجة أصبح معها ذا أثر هائل على حياتك، فهذا يعنى ضرورة استحضارك قدرتك المعدنية على التحرر من سيطرة هذا الانفعالات.

خطوط *(فا لين)*

هما الخطان اللذان يظهران فى النهاية على وجوه معظم الناس، ويبدآن من الأنف على جانبى الفم (الشكل ١١٠). الترجمة الحرفية لكلمتى *(فا لين)* فى اللغة الصينية هى "نظام القوانين". وأهم أساسيات المنتمى للعنصر المعدنى الالتزام بقوانينه الداخلية، وهى حاجة قوية وملحة بالنسبة له ليعيش حياة صادقة وهادفة. أما بالنسبة لمن ينتمون لأى عنصر آخر فإن خطوط (فا لين) لا تظهر لديهم إلا عندما يسيرون على نفس درب المنتمين للعنصر المعدنى. وظهور

هذين الخطين مؤشر إيجابى على أن شخصيتك الداخلية الحقيقية بدأت فى الظهور. ومع ذلك – وللأسف – فإن المجتمع عادة ما ينظر إلى هذين الخطين على أنهما علامة على التقدم فى السن، وعادة ما تلجأ النساء إلى عمليات التجميل لإخفائهما. إننى أحب أن أرى تهلل وجوه الناس عندما يعرفون المعنى الحقيقى لهذين الخطين!



الشكل١١٠: التجاعيد التى تبدأ من الأنف وتمتد حول الفم علامة على حياة صاحبها متوافقًا مع هدفه فى الحياة.

والحقيقة أن عدم *ظهور* خطى (فا لين) بعد تجاوز سن الخمسين هو ما يثير القلق؛ إذا لم يظهرا حتى هذا السن؛ فهذا هو وقت ظهورهما! ليس من الغريب – بالنسبة للسيدات على وجه الخصوص – أن يواصلن إنكار حاجتهن إلى "التوافق مع الذات"؛ فغالبًا ما تنكر المرأة ذاتها فى سبيل الاهتمام بالآخرين، إلا أن تجاهل المرء لهدفه فى الحياة يؤدى به فى النهاية إلى حالة من الاضطراب الروحى والعاطفى. وبعد عدة سنوات، قد يتطور الأمر ويتحول إلى مرض عضوى؛ لذلك ليس من الصحى أن يكبت الإنسان أو ينكر أهدافه.

وخطا (فا لين) قد يظهرا فى أية مرحلة عمرية بداية من الطفولة؛ فقد رأيت ممثلين فى ريعان شبابهم وقد ظهرت هذه الخطوط على وجوههم منحوتة بعمق؛

وذلك لأنهم أدركوا هدفهم فى الحياة فى سن مبكرة جدًا. وقد تظهر لديك هذه الخطوط رغم أنك مازلت تشعر بأنك لم تكتشف بعد - تحديدًا - رسالتك فى الحياة. ليس من الضرورى أن يكون لهذه الخطوط ارتباط بمهنتك، وليس معناها أنك نجحت فى تحديد الإطار العام لحياتك، بل تشير إشارة واضحة إلى أنك تؤدى - بدرجة كبيرة - رسالتك المنوطة بك فى الحياة.

وربما تطرأ تغييرات على خطوط (فا لين) حتى بعد أن يكتمل ظهورها، فإذا ازدادت عمقًا، فهذا معناه أنك قد أدركت حقيقة ذاتك إدراكًا مكتملًا. وأحيانًا ما تتشعب هذه الخطوط أو تتضاعف، وهذا معناه أن لديك رسالتين فى الحياة.

أما إذا ازدادت عمقًا فى فترة قصيرة، فإن هذا - فى الحقيقة - ناتج عن استنزاف طاقة عنصر التراب. وفى هذه الحالة يرتخى الجزء الأمامى فى أسفل الخدين (حقائب المال فى العنصر الترابى) ويضعف قليلًا مما يؤدى إلى ظهور خط يبدو أنه خط (فا لين) ذى هدف أكثر عمقًا. ولكن التفسير الصحيح لظهور هذا الخط هو أنك قد بالغت فى العطاء، وتحتاج إلى إعادة تجديد طاقة عنصر التراب لديك من خلال ممارسة نوع من دعم الذات.

المسافات بين الملامح: الجفنان وأعلى الحاجب

الأشخاص المعدنيون غالبًا ما يكون لديهم مساحة واسعة بين ملامحهم، وأهم الأماكن لتلك المساحات هو الجزء بين العينين والحاجبين. إذا نظرت إلى وجهك فى المرآة نظرة مباشرة ووجدت أعلى جفنيك واضحًا رغم أن عينيك مفتوحتان، فهذا دليل آخر على وجود شىء من العنصر المعدنى فى شخصيتك.



الشكل ١١١: إذا كان أعلى الجفنين واضحًا، فهذا يدل على وجود العنصر المعدنى فى تركيبة الشخصية.

وإذا كان أعلى الجفنين كبيرًا وواضحًا (والذى يسمى أحيانًا "غمامة")، فهذا مظهر مهم من شخصيتك، وهو يشير إلى أن نمط الحزن الذى يسيطر على العنصر المعدنى قد يكون جزءًا مهمًا من شخصيتك؛ حيث يظهر ميلك كشخص معدنى للحزن والمعاناة أثناء الأوقات العصيبة. عندما يعانى صاحب هذا الملمح من أزمة انفعالية - مثلًا - فقد يحرم نفسه من الطعام، أو الراحة والاسترخاء، وربما تمسكت طاقته المعدنية بهذه الأزمة، بل وزادتها مما يجعل المعاناة تسود حياته.

وثمة موضع آخر لتقييم معنى "المسافة التى بين الملامح" لدى الشخص المعدنى من خلاله فى هذا الجزء من الوجه، وهو المسافة بين أعلى الجفن والحاجب. إذا كانت هذه المسافة كبيرة، فهذا معناه رغبة الشخص فى الحفاظ على مسافة آمنة بينه وبين الأشخاص الجدد أو المواقف الجديدة؛ وهو صورة نمطية لحساسية العنصر المعدنى (الشكل١١٢). وقد يبدو أحيانًا على صاحب هذا الملمح أنه يحب العزلة، وهو ما يجعل الآخرين يحكمون عليه بأنه متكبر ومغرور، ولكن هذا غير صحيح فكل ما فى الأمر أن هذا التصرف ناجم عن حساسيته المفرطة، وحاجته لبعض الوقت حتى يشعر بالراحة تجاه العلاقات أو التجارب الجديدة.



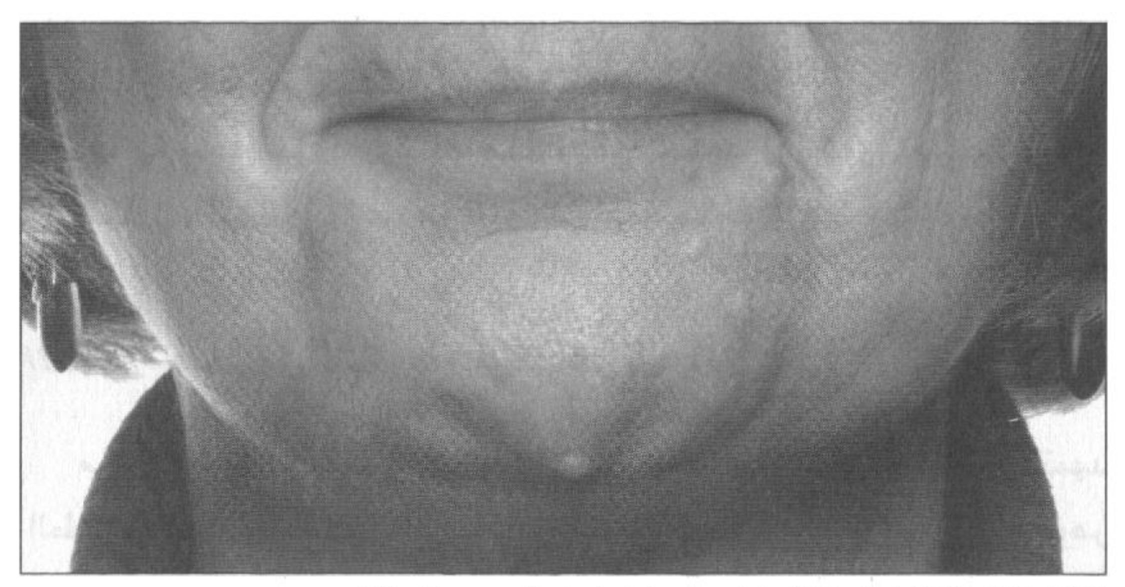
الشكل١١٢ : الحاجبان المرتفعان يعكسان حساسية صاحبهما وحاجته للبعد عن المثيرات.

الشامة

صدق أو لا تصدق: فى الأسلوب الصينى لقراءة الوجه الصينية، يعتبر أى شىء يظهر ببروز على بشرة الوجه علامة على الحظ الجيد؛ لذلك فإن معظم الشامات على الوجه يعتبرونها علامة على المزيد من الحظ ما دام لونها صحيًا ووردیًا (ولكن العلامات البنية الكبيرة لا تتبع هذا التصنيف!). والشامات من

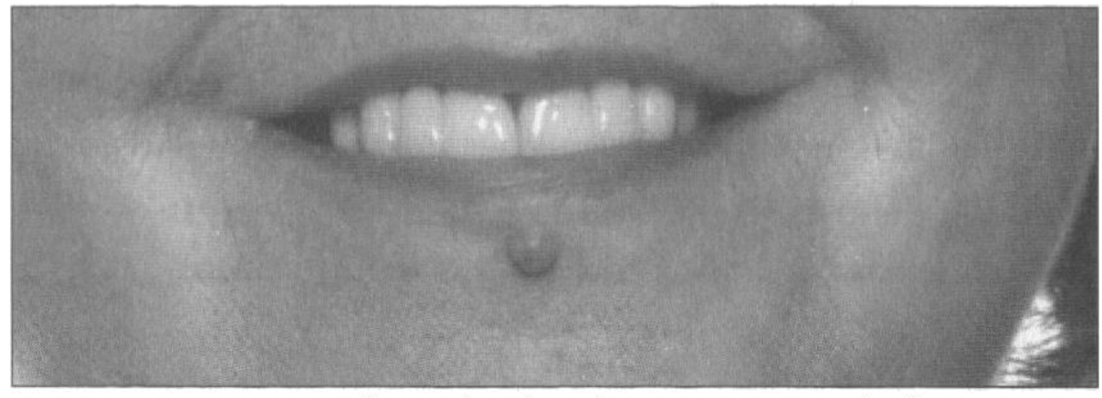
علامات عنصر المعدن فى أى مكان تظهر فيه على الوجه وهى علامة على وجود وفرة من الطاقة فى الملمح الذى تظهر عليه فى الوجه.

ومن هنا، فإن الشامة على الذقن (الشكل١١٣) تدل على المزيد من قوة الإرادة – وبالطبع – بالعناد الذى يرتبط بها. إنها علامة على ثبات غير عادى. إذا كان لديك شامة على ذقنك، فستنجح بسبب إرادتك الحديدية، وربما ينبغى عليك استحضار طاقة العنصر المائى لتستطيع تجاوز الأوقات العصيبة فى حياتك. والشامة تعنى أيضًا المزيد من القدرات الحدسية للعنصر المائى. إنها – أى الشامات – هبة لا ينبغى أن تقلل من قدرها؛ لأنها من أعظم قدراتك.



الشكل١١٣: الشامة على الذقن تعنى عزيمة قوية وقدرات حدسية هائلة.

وإذا كانت الشامة بالقرب من الفم (الشكل١١٤)، فهذا معناه وجود المزيد من عنصر التراب فى شخصيتك؛ أى إنك شخص ذو طاقة هائلة تحسن الاستمتاع بمباهج الحياة مثل الطعام، أو الأصدقاء، أو الجنس، أو كل ذلك.



الشكل١١٤: الشامة بالقرب من الفم تدل على الاستمتاع بمباهج الحياة.

إذا كانت الشامة على موضع الختم فى عظمة الحاجب؛ فهذا له معنيان: إيجابى وسلبى؛ حيث تدل على وجود مخزون هائل من الطاقة وتبشر صاحبها بتحقيق نجاح باهر فى عمله نتيجة لأنها تمثل المزيد من الطاقة المسئولة عن الطموح والدافعية، لكنها قد تؤثر سلبًا على حياتك الزوجية؛ لأن انشغالك بتحقيق طموحاتك فى السلطة والسيطرة سيؤثر على علاقاتك الشخصية. الممثل "راسل كراو" لديه هذه الشامة مضافًا إليها عظمة حاجب بارزة تدل على عزيمة قوية ونوع من العدوانية، وعلى الرغم من أننى لا أعرف شيئًا عن الجانب الشخصى من حياته باستثناء بعض المعلومات المستقاة من التعليقات البسيطة فى الأخبار، فمن خلال قراءتى لوجهه أجد من صفاته الشخصية ما يعمل على نجاحه كممثل، وربما كان لها دور فى المشكلات القانونية التى يعانى منها.

أما أية شامة أخرى غير ظاهرة كالتى فى الحاجب أو الشعر؛ فهى علامة على "الحظ" الهائل؛ أى إنها علامة قوية على إمكانية تحقيق صاحبها النجاح.

العنصر المعدنى من أنت؟ وما رسالتك فى الحياة؟

من أنت، وكيف يمكنك أن تحب ذاتك الحقيقية؟ كيف يمكنك أن تمهد الطريق لإظهار رسالتك الحقيقية فى الحياة؟ لابد – أولًا – أن تسمح لجوهر طبيعتك المعدنية بأن يترعرع لتؤدى الدور المنوط بك فى هذا العالم. إذا كنت تنتمى للعنصر المعدنى حقًا، فإن طبيعتك الحقيقية طبيعة تتضمن طاقة موجهة بدقة. لابد لك أن تحترم حساسيتك وألا تلوم نفسك عليها؛ لأنها سبيلك لتحقيق النجاح الهائل. اعلم أن إدراكك للتفاصيل الدقيقة فى كل ما يحيط بك يمنحك القدرة على خلق الجمال، والسلام، والكمال لذاتك وللآخرين. خصص لنفسك ما تحتاج إليه من وقت بمفردك، واعلم أنك قد تحتاج للهدوء لتتحرر من ضغوط الحياة اليومية.

أوجد طرقًا لتوظيف أقوى قدراتك الحقيقية، والمتمثلة فى: حساسيتك، ونزاهتك، ووضوحك. لا تنكر رغبتك فى حياة هادفة وصادقة. اقبل رغبتك فى الأمان باستخدام أساليب لتوجيه طاقتك، وتعلم طرقًا تساعدك على إقامة

الحدود المناسبة بينك وبين الآخرين. امنح نفسك منحة بيئة خالية من الطاقة.
عندما تترك طاقة العنصر المعدني لديك تتدفق، فستحقق التوازن في حياتك،
وستكتشف لديك قدرات وإمكانات لم يسبق لك أن حلمت بها.





النظـرة المُحبـة

" أود أن تجسد المغامرات التى خضتها ملامح وجهى.. أعرف أن هذا سيؤدى إلى ظهور التجاعيد عليه، وآمل أن تتكون هذه التجاعيد من خلال التجارب التى واجهتها فى حياتى. و – الأهم – من خلال الوجوه التى نظرت إليها بحب" .

— "لويس إردريخ"



وجهان

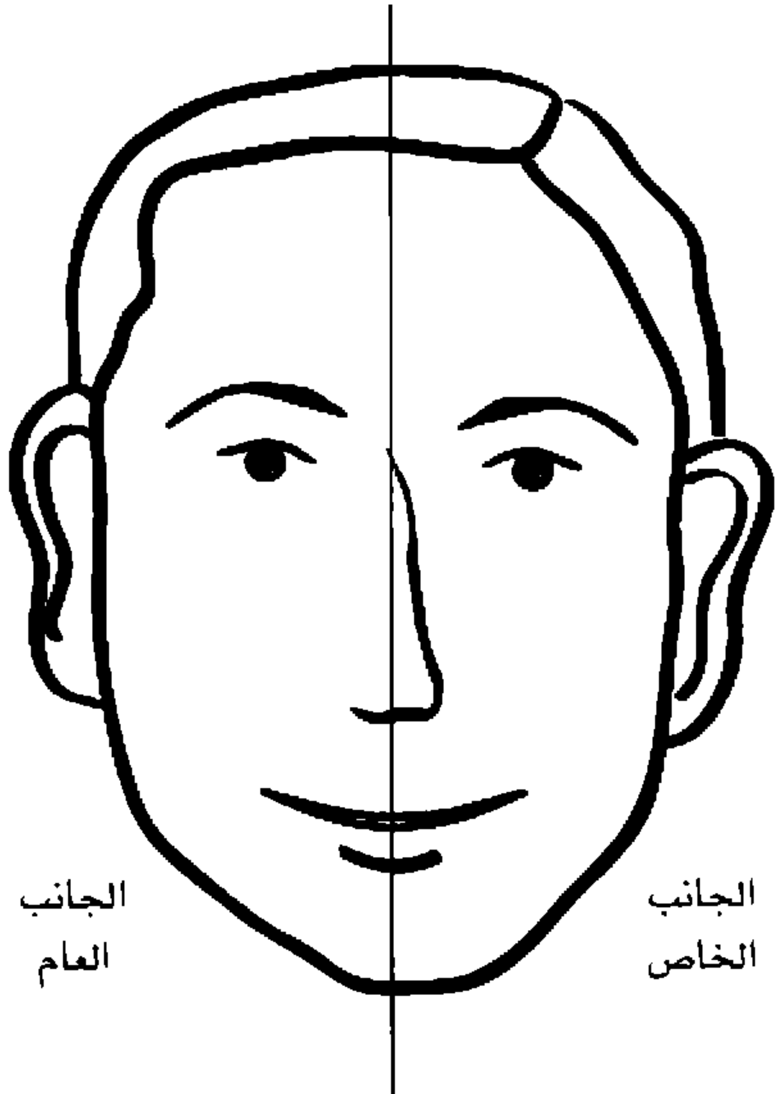


إذا استطعت أن ترسم خطًا رأسيًا وهميًا على وجه أى شخص لتقسمه إلى جزأين متساويين، فسترى صورتين مختلفتين تمام الاختلاف. ربما أنك رأيت صور "الخداع" الفوتوغرافية التى توضح هذا عندما تنسخ صورتين لوجه شخص ثم تقسمهما فتضع الجانبين الأيمنين مع بعضهما والجانبين الأيسرين مع بعضهما مما ينتج عنه تركيبتان غريبتان جدًا للوجه. والحقيقة أن كل نصف من نصفى الوجه يقدم معلومات مختلفة؛ فالنصف الأيمن هو النصف "العام"، أو الجانب من شخصيتك الذى تسمح للعالم بأن يراه، أما النصف الأيسر فيتعلق بالنواحى "الخاصة"من مشاعرك التى تخفيها عن الآخرين.

والجانب الأيمن من الوجه يحكمه النصف الأيسر من المخ، وهو النصف الأكثر منطقية وتنظيمًا، والذى يصدر قراراته بعيدًا عن الانفعالات. ولأن المشاعر هى أكثر ما يؤدى إلى ظهور التجاعيد؛ فالجانب الأيمن من الوجه أقل إصابة بالتجاعيد. والتجاعيد التى سوف تظهر على نصفى وجهك هى "خطوط الفرح" أو ما يسمى فى الغرب أحيانًا "أقدام الغراب"؛ لأنها تنتج غالبًا عن الابتسام والضحك، والنصف الأيسر من المخ هو المسئول عن الفكاهة، والتى عادة ما تكون نشاطًا ذهنيًا؛ لذلك فغالبًا ما تظهر التجاعيد بصورة أكثر أو أعمق على الجانب الأيسر للوجه.

والجانب الأيسر من الوجه يحكمه النصف الأيمن من المخ والمسئول عن المشاعر والانفعالات؛ ولهذا السبب تظهر عليه بقوة آثار المعاناة، وتتضح عليه الأنماط الانفعالية المتكررة بصورة أكبر. وقد ترى خطوط الحزن على خدك الأيسر أو حتى خطوط الأسى وهى أكثر طولًا، إلا أن هذا لا يعتبر دليلًا على صفات شخصية سلبية - كما ذكرت سابقًا - بل يعنى ببساطة أن صاحبها قد تعرض لأحزان فى حياته أثرت عليه تأثيرًا عميقًا.

الجانب الأيمن من وجهك - إذن - هو ما تظهره منك للعالم، أو هو الجانب الشخصى من حياتك الذى تسمح للآخرين بأن يروه، أما الجانب الأيسر فيكشف عن انفعالاتك العميقة والجوانب الشخصية من حياتك التى تود أن تحتفظ بها لنفسك. وقد أظهرت الدراسات أن معظمنا ينظر إلى الجانب الأيمن من وجوه من نحدثهم - أى إننا لا نعرف بعض المعلومات المهمة عن طبائعهم الخاصة.

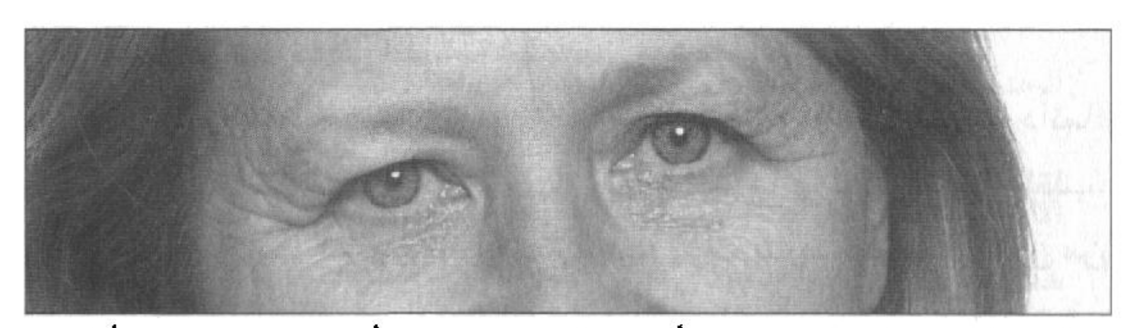


الشكل ١١٥: الجانب الأيمن من الوجه هو الجانب العام؛ أما الجانب الأيسر فهو الجانب الخاص.

من الممكن أن تستنتج بعض الأشياء عن الشخص عندما تقارن بين جانبى وجهه - الأيمن والأيسر. على سبيل المثال إن فم الرئيس السابق جورج بوش الابن كان يلتوى لأعلى من جانبه الأيمن عندما يتحدث، وينخفض من جانبه الأيسر مما يحتمل أن يكون دليلًا على مستوى ما يعانيه من ضغوط، ناهيك عن كشفه عن حقيقة مشاعره تجاه الموقف.

والمقارنة بين العينين والمناطق المحيطة بهما من المقارنات المهمة أيضًا، فليس من غير الشائع مثلًا أن نرى العين اليمنى لأحد الأشخاص مفتوحة بدرجة أوسع من عينه اليسرى، وهذا دليل على أنه يتظاهر بأنه منصت لما تقوله له إلا أنه يتفحصك بدرجة أكبر مما لديه الاستعداد للاعتراف به. وهذا يدل أيضًا على أنه ليس مشاركًا فى العلاقات بنفس درجة تظاهره بذلك. لقد رأيت هذا النوع من الأعين لدى الممثلين والمشاهير، وهو مثال فى محله. يحتاج هؤلاء المشاهير لكسب ود الناس إلى التظاهر بقربهم من الجمهور أثناء لقائهم، ويشعرون بالحاجة لحماية حياتهم الخاصة قدر الإمكان، وهو ما يبدو بوضوح فى ضيق نظرة أعينهم اليسرى مقارنة بنظرة أعينهم اليمنى.

إذا كانت عينك اليسرى أوسع انفتاحًا من اليمنى (الشكل١١٦)، فهذا يعنى أنك شخص اجتماعى ومنفتح على الآخرين أكثر مما قد يعتقدون فى البداية، لكنه يعنى أيضًا أنك تقرأ عنهم - سرًا - معلومات أكثر مما تقدمه لهم.



الشكل ١١٦ : عندما تكون العين اليسرى أوسع من اليمنى فمعنى ذلك أن هذا الشخص يلاحظ أكثر مما تظن.

يمكنك أيضًا أن تبحث عن أية فروق بين الحاجبين، فإذا كان الحاجب الأيسر مقوسًا تقوسًا حادًا على شكل رقم (٨) فى حين أن تقوس الحاجب الأيمن أكثر انحناءً فإن صاحبه سهل الانقياد، ومع ذلك فربما كان - فى الحقيقة - متهورًا

ومندفعًا، فيتخذ إجراءات مفاجئة دون تدبر عواقبها، أو قد تأتى ردود أفعاله الانفعالية سريعة قوية، ولديه أيضًا قدرة على التلقائية فى تصرفاتك حتى لا يفقد أية فرصة.

عندما تتحدث فى المرة القادمة إلى أحدهم حاول أن تنظر إلى جانبى وجهه كل على حدة، ولاحظ إن كنت ترى وجهة نظر مختلفة مع كل جانب! والأكثر من ذلك أنك ستجد – كما حدث كثيرًا معى – أن محدثك سيشعر بتطفلك إن أمعنت النظر فى الجانب الأيسر من وجهه لفترة طويلة.

لقد سمعت قصة حزينة من إحدى عميلاتى التى أصيبت بشلل فى الوجه منذ خمسة عشر عامًا مضت، وهذه الحالة تحدث عندما يتجمد جزء أو كل عضلات الوجه وتصاب بالشلل المؤقت مما يجعل الوجه – أحيانًا – يبدى تعبيرًا غريبًا. وقد يحدث هذا الشلل على نحو مفاجئ ويذهب بنفس الصورة المفاجئة، ولم يتوصل العلم حتى الآن إلى تحديد سبب الإصابة به ولا حتى إلى علاجه رغم أن المصابين به عادة ما تتعافى بعض عضلاتهم المصابة به بعد بضعة أشهر أو بعد سنوات.

عندما أصيبت عميلتى بهذا الشلل أصيبت معه بصدمة عصبية شديدة؛ حيث فسخ خطيبها خطبته منها فى غدر وحشى مدمر، وظلت هى لعدة أشهر كسيرة القلب، ولم تكن تستطيع حتى أن تغادر المنزل. وذات صباح وأثناء تمشيطها لشعرها أمام المرآة واستشعار عمق آلامها قالت لنفسها: "إننى *أرفض* هذه الأحاسيس!" وقالت لى إنها شعرت عندئذٍ بخدر فى النصف الأيسر من وجهها ورأت عضلاته تتحرك فى ابتسامة ثبتت على وجهها.

ومنذ هذه اللحظة، أصبح منظر النصف الأيسر من وجهها بشوشًا دائمًا؛ فحققت الأمنية التى كانت تريد تحقيقها؛ حيث لم تعد ذاتها تظهر انكسار القلب، بل الإيجابية. وكانت النتيجة المثيرة لذلك أنها بدأت تدرب النصف الأيمن من وجهها ليبتسم مثل النصف الأيسر حتى لا يبدو شكله غريبًا، وبذلك نجحت فى أن تخرج إلى العالم تعبيرًا جميلًا. وتقول إن كل من قابلها منذ ذلك الوقت شعر بأنها تبتسم له؛ لذلك كان الجميع يبتسمون لها ويعاملونها بلطف وكانوا يعتقدون أنهم أمام إنسانة لا تفارقها السعادة.



ثلاثة وجوه



كما أنه من الممكن أن نقسم الوجه قسمين رأسيين ونكتشف بذلك معلومات جديدة، فمن الممكن أيضًا أن نقسم الوجه بطريقة أخرى؛ حيث سنقسم الوجه ثلاثة أقسام أفقية لنتعرف على طريقة تفكيرنا واتخاذنا القرار.

والثلث العلوى فى هذا التقسيم يسمى "الجزء التحليلى"، وهو يبدأ من خط منبت الشعر وصولًا إلى الحاجبين. الثلث الأوسط وهو ما يعرف بـ "المنطقة العملية"، وهى تمتد من الحاجبين إلى أسفل الأنف، أما الثلث السفلى "المنطقة الحدسية" فتبدأ من أسفل الأنف وتمتد إلى أسفل الذقن.

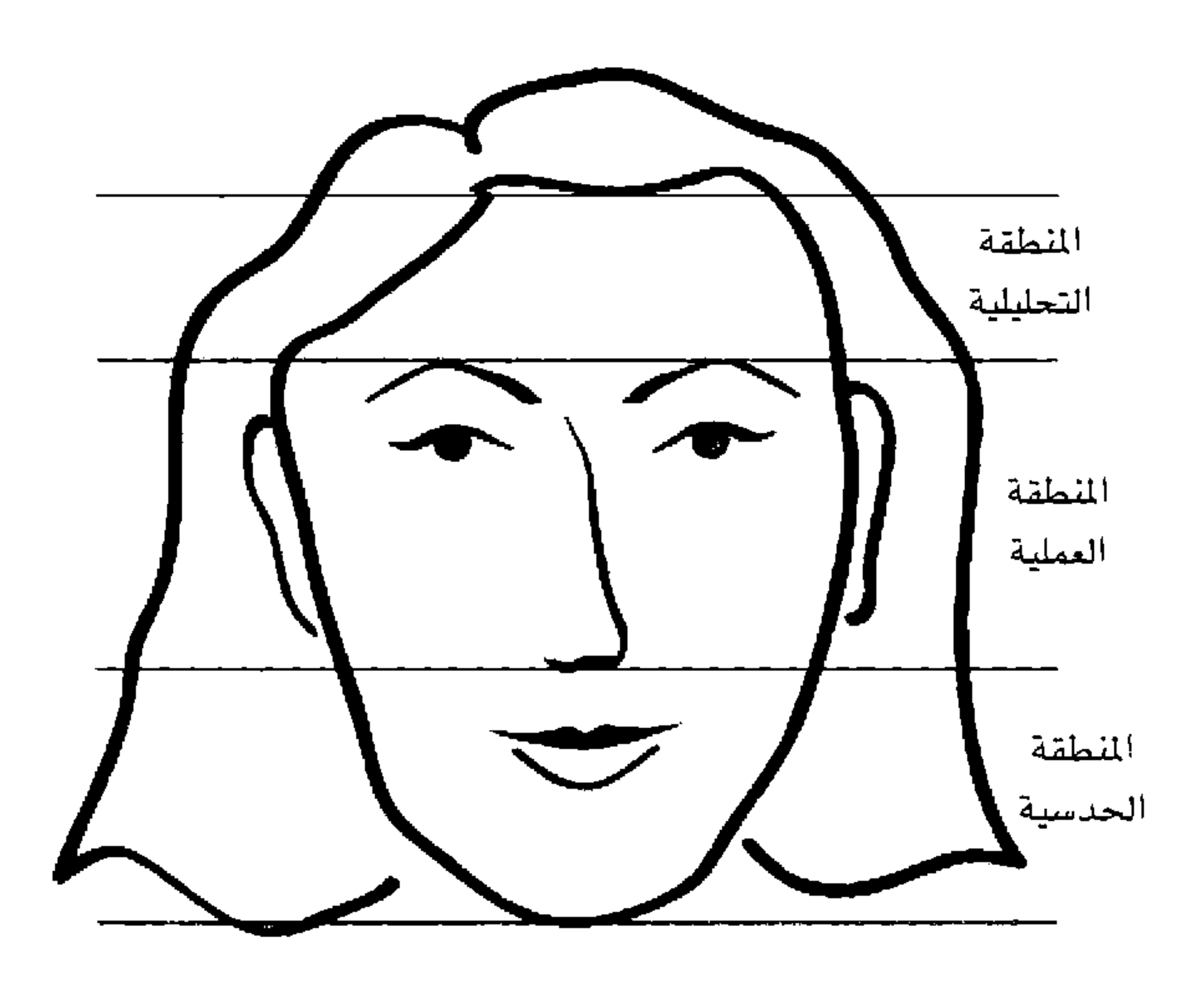
عندما نقسم الوجه بهذه الطريقة، فإن مهمتنا تنحصر فى تحديد المنطقة الأبرز والأطول بين هذه المناطق، والمنطقة الأقصر بشكل ملحوظ منها. تتساوى هذه الأجزاء فى الحجم لدى الكثير من الناس، ولكن ربما كانت منطقة أو اثنتان منها أكثر طولًا أو قصرًا من غيرها؛ فمثلًا إذا كانت جبهتك أطول هذه المناطق فيكون التفكير التحليلى هو الغالب عليك.

فى حالة ما إذا كانت المنطقة التحليلية هى الأبرز لديك فهذا يدل على أنك تجيد الفحص والتأمل والتقييم والبحث، وتحتاج إلى وقت للتفكير المتأنى لاتخاذ القرار، وتكون إجادتك فى استخدام قدراتك العقلية أهم ملكاتك. ومع ذلك، فلديك سلبيات لابد أن تتغلب عليها؛ وهى الإفراط فى التفكير، الأمر الذى يجعلك

مترددًا حائرًا بين الاحتمالات والنتائج المتضاربة.

أما إذا كانت المنطقة العملية هى الأبرز لديك، فأنت شخص يفضل التفكير الواقعى وذو طبيعة عملية تتخذ من النتائج العملية مقياسًا لتقدير قيمة الفكرة على أساس توفيرها للوقت والمال والجهد؛ وبناء على ذلك تحدد القرار المناسب الذى ستتخذه. أنت لست شحيحًا، لكنك تحب الصفقات الرابحة، ومع ذلك فقد تبالغ أحيانًا فى الاقتصاد بحيث تتجنب اتخاذ قرارات مُرضية عاطفيًا.

أما إذا كانت المنطقة الحدسية هى الأقوى لديك؛ فإن حدسك يساعدك كثيرًا، ولديك القدرة على تخمين أشياء يتحقق صدقها فيما بعد، بل إنك قد تتصرف قبل أن تمعن التفكير لكن هذا ينجح دائمًا لأن حاستك السادسة قوية جدًا، ومع ذلك أحيانًا ما تسيطر عليك الانفعالات لدرجة تتخذ معها قرارات متعجلة.



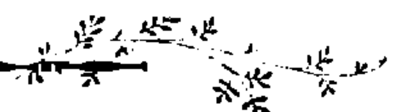
الشكل ١١٧: المناطق الأفقية الثلاث

لذلك تخيل مثلًا أنك تبحث عن منزل: إذا كانت المنطقة التحليلية هى الأقوى لديك، فستهتم بالبحث بالبيانات السكانية للمنطقة التى ستسكن بها، وتفحص تفاصيل إحصاءات معدلات الجريمة، وجودة المدارس، والمسافة بين المنزل والمحلات والمواصلات العامة، وستقابل العديد من سماسرة العقارات لتختار أفضلهم، وستطالع الصحف بحثًا عن العروض، وتحلل تفاصيل الرهون العقارية لتختار أفضلها. وإذا كان السمسار العقارى يجيد قراءة الوجه، فسيعطيك معلومات مفصلة عن العقارات، ويمنحك الوقت الكافى لتفكر وتتدبر حتى تتوصل إلى قرار.

أما إذا كانت المنطقة العملية هى الأبرز لديك، فستهتم بتقييم تخطيط المنزل ومدى صلاحيته لتلبية احتياجاتك الخاصة، وستفحص حالة المبنى، وستحتسب تكلفة الإصلاحات التى قد تجريها عليه. ستهتم أكثر من غيرك بتاريخ تجديد شبكة أنابيب المياه وكفاءة نظام التدفئة، وستقدر الفترة التى تنوى بقاءها فى المنزل والثمن الذى ستبيعه به بعد ذلك. سيتمكن السمسار من التعاون معك إذا فهم طبيعتك العملية، وحاجتك إلى عقد صفقة رابحة بكل المقاييس.

وإذا كانت المنطقة الحدسية هى الأقوى لديك فستغمرك رؤيتك للسور الخارجى الأبيض للمنزل بالسعادة قبل حتى أن تخرج من سيارتك، وربما كان مقبض الباب العتيق، أو لون حجرة النوم الأساسية هو ما يقنعك بأن هذا المنزل هو المكان المناسب لإقامتك، وغالبًا ما تعقد الصفقة فى الحال اعتمادًا على قدراتك الحدسية – وهذا ليس حماقة، فغالبًا ما يصدقك إحساسك الداخلى، والسمسار الذى يعمل معك يجب عليه أن يعد العقود مسبقًا لأن الصفقة ستعقد فى الحال!

وأهم ما يحدد المنطقة الأكثر بروزًا فى وجهك هو ملاحظتك لكيفية تصرفك فى أى موقف يواجهك، لكن لا تتصرف بما يخالف طبيعتك! إذا كانت المنطقة التحليلية هى الأقوى لديك، فتصرف بما يوافقها، وثق تمامًا أنه إذا توافرت المعلومات والوقت الكافيين للتفكير الممعن فستتخذ أفضل قرار. وإذا كانت المنطقة العملية هى الأقوى لديك، فلن يهدأ بالك إلا إذا تصرفت بناء على المنافع التى ستحصل عليها. أما إذا كانت المنطقة الحدسية هى الأبرز لديك، فثق فى فطرتك واتبع الصوت الذى يناديك من داخلك.



العديد من الناس لديهم منطقتان كبيرتان بنفس الحجم وواحدة صغيرة إذا قورنت بهما، وهذه ليست مشكلة، وكل ما فى الأمر أن المنطقة الصغيرة لا ينبغى لك أن تحاول استخدامها لصعوبة اتخاذك قرارك بناءً على معطياتها. الحقيقة أنه قد يريحنا أن نكتشف أن بمقدورنا التحرر من الأعراف القديمة بالطرق التى "ينبغى أن" تؤدى بها الأشياء. ربما أنك تربيت على أيدى أبوين حفرا بداخلك ضرورة اتخاذ القرار بناء على البحث والتحليل رغم أن الثلث السفلى من وجهك أطول كثيرًا من ثلثه العلوى. يا له من اكتشاف رائع أن تتحرر من القالب الذى وضعت فيه لتعتمد على موضع قوتك الخاص فى اتخاذ القرار!



من أول نظرة!



بعد قراءتك للفصول السابقة، من المحتمل أنك قد وجدت فى كل عنصر من العناصر السابق شرحها شيئًا يرتبط بشخصيتك. من المؤكد أن شخصياتنا بها أجزاء من كل عنصر من العناصر الخمسة، وعلى الرغم من إمكانية تعرفنا على تأثير هذه الأجزاء علينا، فإنه من المحتمل أن عنصرًا واحدًا من بين كل هذه العناصر هو المكون الرئيسى لشخصية كل واحد منا يوضح له شخصيته الماضية والحالية.

وكيف يمكنك أن تحدد العنصر الرئيسى الذى يشكل تكوين شخصيتك؟ انظر إلى أبرز ملامح وجهك، وافحص ملامحه لتحدد أكبرها وأكثرها ظهورًا (ربما ستحتاج إلى الاستعانة بصديق لأنك قد تكون مثل باقى الناس الذين لا يستطيعون النظر إلى أنفسهم نظرة موضوعية). عندما تنظر إلى وجهك فى المرآة، هل ترى أن أبرز ملامحك تنتمى لعنصر بعينه؟ هل حواجبك الكثيفة مثلاً هى أكثر ما يميزك؟ إن كنت كذلك، فالاحتمال أنك تعيش تحت تأثير طاقة عنصر الخشب.

ومع ذلك، فليس من الغريب أن تكون شخصية بعض الناس مركبة من عنصرين، ورغم ذلك ستستطيع فى هذه الحالة أن تحدد أى العنصرين أقوى لديك. إذا كان أنفك كبيرًا وخداك بارزين، فقد يكون عنصرك معدنيًا..

وربما كان شعرك مجعدًا أيضًا مما يعنى أن عنصر النار له تأثير إضافى على شخصيتك. إن إمعانك النظر فى حالتك المزاجية سيسهل عليك أن تتعرف على عنصرك الأقوى.

من الممكن أيضًا أن تتجلى على وجهك وفى طبيعتك ثلاثة أو أربعة عناصر. إذا كان حاجباك بارزين، وفمك كبيرًا، وخداك عريضين – مثلًا – فستوجد فى شخصيتك ووجهك تركيبة من عناصر الماء، والخشب، والتراب، والمعدن ولكن ينقصك تأثير عنصر النار على شخصيتك، وعندما تقرأ الفصل الخاص بعنصر النار سيتضح لديك السبب فى عدم قدرتك على تكوين علاقات صداقة وزمالة مع أشخاص ينتمون لعنصر النار.

وحتى لو كنت واحدًا من أقل القلائل ممن تنطبق عليهم أوصاف العناصر الخمسة، فإن عنصرًا واحدًا فقط منها هو الأقوى لديك. وإذا أعدت قراءة الجزء الثانى من هذا الكتاب فربما استطعت تحديد العنصر الأقوى لديك.

وفيما يخص قراءة وجوه الآخرين، فقد قدمت لك من المعلومات قدرًا قد تراه محبطًا؛ حيث قد يبدو لك أن أمامك الكثير من الملامح المتنوعة لقراءتها مما يجعلك تشعر بالعجز عن تحديد العنصر الذى ينتمى له شخص معين! أود أن أقول – بداية – إن هناك بعض الأشخاص يشغلون أنفسهم بتحليل أدق التفاصيل، بل إنهم أحيانًا يحرصون على فك شفرة أصغر خط على خد الزوج أو شكل جفنه، لكننا لسنا بحاجة إلى تحليل وجه أحدهم بالتفصيل الممل؛ فمهمتنا الأساسية تنحصر فى فهم ملامح وجهه بناءً على قراءة شاملة لملامحه.

عندما تنظر إلى وجه أحدهم لأول مرة، فتحرر من أفكارك المسبقة ولاحظ فحسب.. ما هو أبرز ملمح أو ملمحين لديه؟ ستدلك هذه الطريقة على أهم ما ينبغى ملاحظته، وهو: أى عنصر أقوى لدى هذا الشخص؟ وهذا وحده هو ما سيبصرك بحقيقة هذا الشخص، وستستطيع على الأقل أن تتواصل بسهولة مع أى شخص يقابلك. فى عملى غالبًا ما لا أقابل عملائى حتى يوم الاستشارة، لكننى عندما أقابلهم أستطيع من اللحظات الأولى إيجاد جو من الانسجام بيننا بسبب المعلومات التى أستقيها من قراءة وجوههم.

العنصر المائى

إذا فتح الباب ووجدت شخصًا ينتمى لعنصر الماء، أعرف فورًا أن علىَّ أن أتوافق معه لأننى أعلم جيدًا أننى لا يوجد لدىّ شىء من هذا العنصر؛ لذلك أقلل من سرعة كلامى وحركتى ذات الطبيعة النارية، وأحاول أيضًا أن أتحدث بانسيابية أكثر من طريقتى التى اعتدت عليها، وأركز على أن تتدفق طاقتى بصورة أكثر سلاسة، ولا أحاول أن أبدأ العمل مباشرة بل أتدرج فى نقاشى مع العميل. ولأن طبيعة هذا العنصر تميل إلى السماع أكثر؛ فإن نبرة صوتى تهدأ، وأحاول استخدام عبارات مثل: "إننى أسمعك" أكثر مثل "إننى أفهم".

من المهم أيضًا أن أفكر فى طريقة تعبيرى عن الأشياء؛ لأن عنصر الماء كثيرًا ما يسىء فهم الأمور فتُجرح مشاعره، وقد يتسبب تعليق من التعليقات فى إخافته. ولأن المنتمى لعنصر الماء يخفى أفكاره وردود أفعاله؛ فإنه لن يقول أى شىء ولكن قد يؤدى هذا إلى إنهاء العلاقة بيننا.

ذات مرة تحدثت هاتفيًا مع سيدة ثرية ثراء فاحشًا كانت تريدنى أن أعمل فنج شوى لأملاكها الهائلة التى فى أوربا. وكانت الواسطة بينى وبينها إحدى صديقاتى التى أخبرتنى بأن هذه المرأة ليس لديها وقت كثير للكلام؛ لذلك أعددت نفسى جيدًا لأقدم لها عرضى باختصار حتى لا أضيع وقتها.

عندما بدأت المكالمة الهاتفية دخلت مباشرة فى الموضوع دون تمهيد، وبدأت أشرح ما أستطيع أن أقدمه لها، ولكننى دهشت عندما لم أسمع منها أى تعبير خلال المكالمة مثل "نعم"، أو "وهو كذلك". وبعد دقيقتين من حديثى توقفت لحظة انتظارًا لرد أو سؤال لكن مرت فترة من الصمت الطويل: ثم سمعتها تقول بنبرة صوت هادئة وعميقة: "ماذا تقولين؟".

أدركت وقتها أننى أتحدث مع امرأة تنتمى لعنصر الماء وكنت أتحدث بسرعة وبأسلوب مباشر للغاية. ومن حسن الحظ أننى أدركت ذلك فى الوقت المناسب وقمت بالتعديلات اللازمة؛ حيث بدأت فى العمل "على العنصر الذى تنتمى إليه". ثم سار الحديث ببطء وكان الكلام يتهادى بيننا عن ضيعتها التى تقع على البحر ونحن نناقش فى جو حالم ما قد يحدث فى الفترة القادمة. ولكن لو لم أستطع فهم طبيعتها بسرعة لما صححت مسار الحوار بطريقة تتوافق مع عنصر الماء، وربما فقدت فرصة العمل مع مثل هذه العميلة الجميلة.



أما إذا فتحت الباب، فوجدت أمامى شخصًا ينتمى لعنصر الخشب؛ فسأعامله معاملة تختلف عن المعاملة السابقة. إننى أعرف جيدًا أن هذا المنتمى لهذا العنصر يتسرع فى إصدار أحكامه ويقفز بسرعة إلى النتائج؛ لذلك ينبغى أن أكسب ثقته فى الحال. فى هذه الحالة سأعرض الموضوع مباشرة وأركز على النقاط المهمة مع النظر إلى عينيه مباشرة أثناء حديثى، وأركز على الجوانب العملية فى عملى حتى أقنعه.

ذات مرة طلبت منى زوجة محام أن أقوم بعمل فنج شوى لمنزل العائلة. وكانت قد طلبت من زوجها أن يحضر جزءًا من الاستشارة، لكنه تردد كثيرًا قبل أن يوافق على طلبها بقضاء وقت غدائه فى المنزل ذلك اليوم. وعندما وصلت إلى المنزل كان الزوج قد تأخر فى عمله، لكن زوجته الكريمة التى تنتمى لعنصر المعدن أحسنت استقبالى وضيافتى وقضيت معها وقتًا ممتعًا فى انتظار وصوله. وفجأة سمعنا الباب يفتح ودخل شخص وأوصده بشدة، وألقى حقيبة أوراقه على الأرض. بعد ذلك رأيت حاجبين كثيفين وفكًا بارزًا لزوجها الذى دخل وهو يستشيط غضبًا لأنه اضطر للتضحية بساعة راحته فى العمل ليقضيها فيما كان يعتبره دجل الفنج شوى!

وبدا واضحًا أنه ليس من الحكمة أن أبدأ حديثى معه بكلمات تفيض بالروحانية والمثاليات؛ فبدأت أعطيه بعض المعلومات العملية التى تلقى قبولاً لديه؛ حيث حدثته عن حاجتهم إلى المساحة الفارغة اعتمادًا على قراءتى لوجهه. أثارت هذه الملحوظة اهتمام الرجل وبدأ يناقش معى المشكلات التى بينه وبين زوجته. لقد كان منبهرًا حتى إنه اتصل بعمله فى نهاية الساعة ليطلب منهم أن يلغوا جميع مواعيده وارتباطاته بعد الظهر. قضينا باقى الوقت فى قراءة الوجوه كنوع من تقديم الاستشارات الزوجية. لكن لو لم أستطع فهم هذا الرجل وما يحتاج إليه من أول نظرة له؛ فأقصى ما كان سيحدث هو أن نقضى ساعة نتبادل فيها كلامًا لا يخرج عن نطاق الزيارة العادية ولا يحقق المكاسب التى حققتها هذه الزيارة.

العنصر النارى

إذا فتحت الباب، ووجدت أمامى شخصًا ينتمى لعنصر النار؛ فسأبتهج لأننى لدى الكثير من هذا العنصر فى شخصيتى! فى هذه الحالة سنقضى وقتًا فى الضحك ونتوافق فى الحديث حيث تتوافق ترددات طاقتنا. أما إذا لم يكن لديك الكثير من العنصر النارى، فعليك أن تكيف نفسك على سرعة قفز هذا العميل بين الأفكار، ومدى معاناته جراء التركيز على ما تقوله، إذا كنت بطيئًا فى حديثك أو حركتك فستفقد ثقته وانتباهه معًا، وستكتشف فجأة أنه لا يتابعك لأن عقله شارد فى آفاق الخيال!

ولأن بعض من ينتمون لعنصر النار يمثلون صورة نمطية لـ "ملوك التعبير"؛ فيجب أن تستعد جيدًا لانفجار انفعالاته أثناء جلوسك معه؛ فعند مرحلة معينة من حواركما قد يمر بحالة من القلق والاضطراب بسبب مشكلة تخص حياته الخاصة، أو قد يحاول – دون وعى – التشويش على برنامجك.

العنصر الترابى

عندما أذهب لمقابلة شخص ينتمى لهذا العنصر، فإننى أعلم تمامًا أن الشاى والكعك سيكونان فى انتظارى، وسأقضى وقتى مع هذا الشخص فى تناول وجبة خفيفة، وسأسأله عن صور العائلة المعلقة على الحائط أو أبدى إعجابى ببعض التذكارات على رف المدفأة.

عادة ما ترتبط حياة من ينتمون لعنصر التراب بأصدقائهم وأقاربهم؛ لذلك لابد أن يدور جزء كبير من حديثك معهم حول هذا الموضع. وقد يتوقعون منك أن تخبرهم بشىء عن حياتك الأسرية أيضًا أو عن علاقات صداقاتك. إذا كنت شخصًا ميالًا للعزلة أو تشعر بأن مثل هذه الموضوعات الخاصة لا يليق تناولها بالحديث، فسيجد هؤلاء الأشخاص صعوبة كبيرة فى التواصل معك، فأهم شىء لديهم هو حاجتهم إلى الشعور بصلة حميمة قدر الإمكان بك؛ فإذا لم تتعانقا بحرارة فى أول لقاء لكما فستفعلان هذا بالتأكيد فى نهاية اللقاء!



إذا كان الشخص الواقف أمام الباب ينتمى لهذا العنصر؛ فلن أحاول أن أعانقه كمن ينتمى لعنصر التراب؛ لأنه سيشعر بأننى قد طوقته بحصار محكم ويحاول جاهدًا التكيف مع طاقتى. وأول شيء سيلاحظه هو نسيلة الخيط فى معطفى، أو ذرات التراب على حذائى؛ لذلك فلابد لى أن أبادره بإبداء ملاحظاتى لأدق التفاصيل. يجب علىَّ أيضًا أن أحافظ على المسافة بيننا عندما نلتقى لأول مرة، وأحرص على أن أبدى له استعدادى لخلع حذائى عندما أدخل منزله، وغير ذلك من مظاهر الحساسية فى أول لحظات لقائى به. وفى وقت الرحيل، يكون بعض من ينتمون لعنصر المعدن مهيئين للعناق الحار؛ فى حين يظل البعض الآخر متحفظًا لمجرد المصافحة بالأيدى!

إذا كنت على علم مسبق بأن من ستقابله ينتمى لهذا العنصر، فاحرص على الوصول فى الوقت المحدد، والحق أن المنتمى لهذا العنصر سيرحب بتأكيد لقائك به ومناقشة أهم النقاط التى ستدور فيه قبلها بأيام. أظهر له اهتمامك بمقابلته ومدى تقديرك؛ مما سيكسبك الكثير من ثقته.



الآن، وبعد أن انتهينا من إلقاء نظرة شاملة على الصورة الكبرى، فسنقوم فى الفصل التالى بتطبيق المعلومات التى عرضناها لنستفيد بها. وهذا هو الجزء الأظرف: تجميع المعلومات، وقراءة الوجوه.

قراءة وجه



بعد قراءتك لهذا الكتاب، أظن أن نظرتك إلى الوجوه ستختلف، فستلاحظ أدق تفاصيل وجوه من يقابلونك فى حياتك اليومية كأذنى رجل توصيل الطلبات للمنزل، وذقن أختك، وحاجبى طبيبك! والحق أن هذه أفضل وسيلة لفهم المعلومات الواردة هنا وتطبيقها. استمتع بتطبيق المعلومات التى اكتسبتها فى حياتك اليومية حتى تتمكن من قراءة الوجوه.

وإن شئت تطبيقًا عمليًا لقراءة الوجوه، طبقه على وجوه العاملين على الخزينة فى محل البقالة لتحصل على طلباتك أسرع من غيرك! ربما لاحظت أنه ليس بالضرورة أن ينتهى الصف الأقصر من الزبائن من الدفع قبل الصف الأطول؛ لذلك افحص عامل الخزينة قبل أن تحدد الصف الذى ستقف فيه. وأفضل نصيحة فى مثل هذا الموقف أن تتجنب الوقوف أمام موظف خزينة ينتمى لعنصر الماء؛ لأنه لا يتخلى عن طبيعته الحالمة وسيعمل على مهل ولن يكون هذا جيدًا خاصة إذا كنت فى متعجلًا. تجنب الموظف النارى أيضًا؛ لأنه سيكون منشغلًا بمغازلة البائعة لدرجة قد ينسى معها أن بانتظاره طابورًا طويلاً. وبالمثل، لا تقف أمام موظف ينتمى لعنصر التراب؛ لأنه سيكون مشغولًا بمطالعة الصور التى يحملها الزبائن فى حافظات جيوبهم فيعطلك.

نصيحتى هى التوجه رأسًا إلى الصف الذى يقف أمام موظف ينتمى إما لعنصر الخشب أو المعدن؛ فالموظف المنتمى لعنصر الخشب منظم، وكفء، ولا ينساق إلى حوارات غير مهمة. أما الموظف المعدنى فهو دقيق فى عمله وأكثر منك حرصًا على أن تغادر بأسرع ما يمكن وبأية وسيلة! قد يستغرق وقتًا أطول فى تعبئة مشترياتك بسبب حرصه الزائد، ولكن لا تقلق لأنه سيضع المعلبات فى الأسفل والبيض فى الأعلى.

ولكن المؤكد أن هذه المبادئ ستمنحك فرصًا أفضل عندما تقابل شخصًا تريد أن تكون معه علاقة طويلة الأمد. حدد العنصر الأقوى لدى هذا الشخص وسينهال عليك فيض من المعلومات؛ حيث ستعرف طريقة تفكيره وشعوره وتصرفه، وستعرف أيضًا كيف تخاطبه بنفس أسلوبه، وكيفية تعامله مع ما تقوله، وستستطيع أيضًا توقع تصرفاته وما يريده منك، والأهم من كل ذلك أنك لن تتورط فى رد فعل معه إن لم يتوافق عنصراكما.

ومن ثم، فإذا أتيحت لك الفرصة ينبغى أن تنتبه لأدق التفاصيل، مثل مدى امتلاء شفتيه، وكبر أذنيه، وإن كان ثمة ندبة على حاجبه الأيمن، أو خط منبت شعر متعرجًا، وإن كانت خطوط الفرح بجوار عينيه، أو ذقنه مربعة. إن كل ملمح، أو علامة، أو تجعيد يحمل رسالة، وعندما تجمع هذه الرسائل المتفرقة تكتمل لديك تدريجيًا صورة عن حقيقة شخصية من تعامله.

عندما تبدأ أول تجاربك فى قراءة الوجه مع أحد أفراد العائلة أو أحد أصدقائك؛ فقد لا تعرف من أين تبدأ، ولكن هون عليك؛ فأيًا كان الحال ليس هناك طريقة محددة لقراءة الوجه، لكننى أنصح دائمًا بالهدوء، وتنظيم التنفس، والتبسم فى بداية الجلسة! وعلى الرغم من أنك سترجع لهذا الكتاب كثيرًا فى البداية إلا أن مواصلة التطبيق العملى سيمكنك بسرعة من الاعتماد على نفسك والابتكار فى هذا المجال أكثر مما كنت تتخيل من قبل.

عندما أجلس أمام أحدهم لقراءة وجهه، فإننى أحاول قدر الإمكان ألا أتعامل معه كفنية متقيدة بقائمة من الخطوات والمعلومات التى أطبقها بصرامة، بل أحاول تفريغ ذهنى وأعيش الحالة التى أمامى؛ لأنه كلما ازدادت شخصيتى حضورًا، قلت قدرتى على رؤية من أتعامل معه. وأحيانًا ما أبدأ القراءة بمحاولة تكوين صورة كلية عن العنصر الذى ينتمى له عميلى، ثم أركز على التفاصيل. وفى أوقات أخرى أبدأ بملمح، أو – حتى – علامة واحدة تجذب انتباهى أكثر من

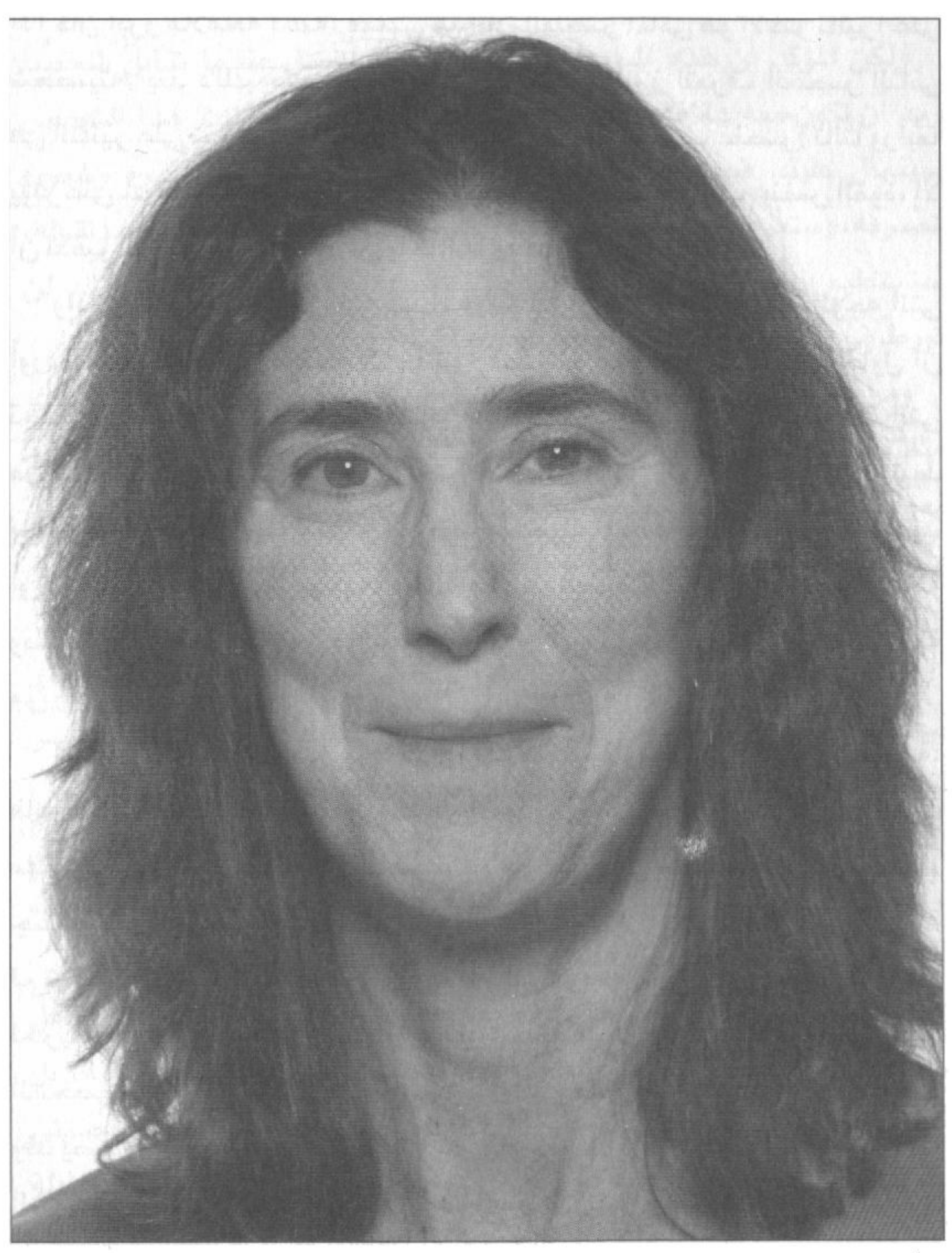
باقى ملامح الوجه. لقد تعلمت أن أثق فى أن الملمح الذى يجذب انتباهى للوهلة الأولى سيزودنى بالمعلومات التى أريدها.

وبشكل عام، فإننى أقترح عليك أن تلاحظ الملمح (أو الملامح) الأبرز من غيرها؛ فهذا سيساعدك على تحديد العنصر الذى ينتمى إليه الشخص. إذا كان أنفه كبيرًا، فالاحتمال الأكبر أن العنصر المعدنى هو الأكثر حضورًا لديه، أما إذا كان أبرز ملامحه ذقنه، فمعنى هذا أن العنصر المائى هو الأكثر تأثيرًا على شخصيته. بعد ذلك حدد ملمحًا آخر يلى الملمح الأبرز لتعرف العنصر الثانى فى التأثير على شخصيته، ثم كرر المحاولة؛ لأنك قد تكتشف عنصرًا ثالثًا ورابعًا يؤثر على شخصيته، فبعض الناس تعمل العناصر الخمسة لديهم بنفس القوة، إلا أن تدقيق النظر سيوضح لك أن واحدًا منها هو الأقوى أثرًا.

وإذا لم تكن تعرف من أين تبدأ، فيمكنك أن تستعين بخريطة الوجه التى أوردناها صفحة ٤٨ وصفحة ٤٩، لتقرأ قصة حياته. ابدأ بالأذنين، وحاول أن تجد عليها علامات لخبرات، واسأل الشخص عن طبيعة تلك الخبرات التى مر بها منذ بداية الفترة الزمنية حتى الآن، ثم انتقل إلى الملامح التى ترتبط بالفترات الزمنية المقبلة لتتمكن من توقع مستقبله. ابحث بعد ذلك عن التجاعيد أو العلامات البارزة على وجهه، وحدد معناها لتضيف إلى فهمك لمسيرة حياته وطبيعته الداخلية. ولا تنس ملاحظة الجانبين الرأسيين والمناطق الثلاث الأفقية من وجهه.

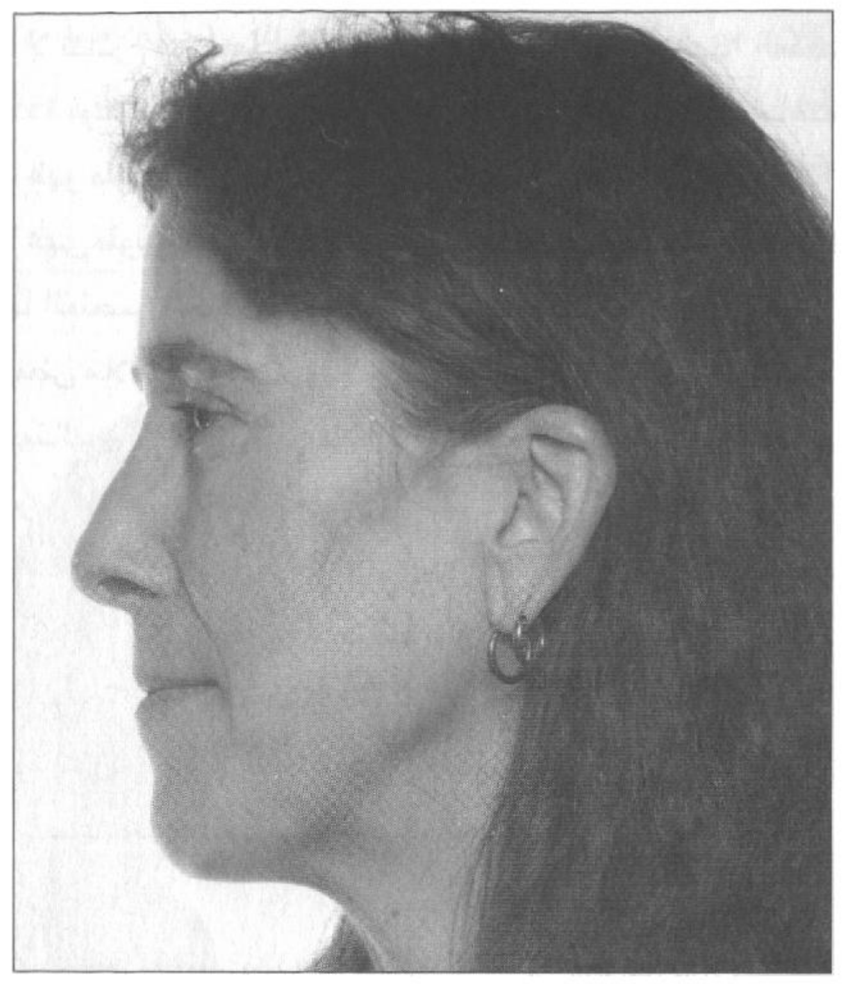
تذكر أن أى شىء مميز تراه قد يمدك بمعلومة واحدة أو أكثر من معلومة؛ فأية علامة قد تكشف لك عن مشاكل انفعالية يعانى منها، أو دلالة على حدث مهم وقع فى فترة معينة من ماضيه، بل قد تدل على مدى صحة أحد أعضاء جسمه. قد يكون تغير لون منطقة أسفل العينين – مثلًا – دليلًا على دموع حبيسة لم تسكب على انفعالات تعرض لها وتحتاج إلى فرصة لتخرج من محبسها. ووفقًا لخريطة الوجه، فقد يكون تغير لون هذه المنطقة دليلاً على مصاعب واجهت هذا الشخص فى أواخر الثلاثينات من عمره، أو قد يعكس مشكلة صحية فى الكليتين. وقد يصدق أحد هذه التفسيرات، أو تصدق جميعًا. إن الضغوط التى تعرض لها الشخص فى سن الثلاثين ربما ترتبط بعدم قدرته الحالية على سكب الدموع، وأية مشاكل انفعالية تستمر لفترة من الوقت قد تتحول تدريجيًا إلى معاناة بدنية أيضًا.

وسنعرض فى الصفحات التالية نماذج لوجوه لتمارس عليها التطبيق العملى.
حاول أن تقرأ أكبر قدر ممكن فى كل صورة منها قبل أن تقرأ التعليق الذى يليها لتقارن بينه وبين النتائج التى توصلت إليها!



الشكل ١١٨





الشكل ١١٩

من أول ما يسترعى الانتباه فى هاتين الصورتين الحاجبان الكثيفان على وجه هذه السيدة (الشكل ١١٨ و١١٩)، وهى علامة على الدافعية القوية والثقة بالنفس، وهى أهم مميزات عنصر الخشب. وصاحبة الصورة تتميز بالإصرار والمثابرة والقدرة على العمل و"الفعل". ومع ذلك، فربما تعانى من عدم الصبر، والإحباط، بل والغضب، وهى لا تحب أن يقف شىء بينها وبين تحقيق أهدافها. وبشكل عام، تستمتع هذه السيدة — فى حياتها العملية والعامة — بوضع وتطوير أساليب، ومنظمات، وأبنية منطقية.

وصدغاها المجوفتان تشيران أيضًا إلى اعتباطية سلوك العنصر الخشبى وضعف التحكم فى الدوافع، بل والسلوكيات القهرية أحيانًا. وندرة التجاعيد على وجهها علامة أخرى تميز هذا العنصر الذى ينظر دائمًا إلى الأمام ولا يقف

كثيرًا مثل غيره عند الانفعالات القديمة. أما الفك - وهو آخر ملامح عنصر الخشب - فهو ظاهر لكنه ليس واضحًا بالقدر الكافى، بل ضيق إلى حد ما؛ وهذا معناه أنها لا تتسرع فى إصدار الأحكام مثل بعض المنتمين لهذا العنصر، بل قد تكون مترددة نوعًا ما، أو لا تقع بسهولة تحت تأثير الآخرين عندما تتخذ قرارًا. أما وجهها فهو طويل على شكل مستطيل، وهذه علامة أخرى على هذا العنصر، أما قامتها فهى طويلة كالشجرة. ولذلك؛ فإنها - وبوجه عام - تتصرف وفقًا لما يمليه عليها العنصر الخشبى بكل خصائصه.

وثمة بعض ملامح العناصر الأخرى فى وجه هذه السيدة غير ملامح عنصر الخشب؛ فهناك - مثلًا - أحد ملامح عنصر المعدن مثل خديها اللذين رغم عدم بروزهما بروزًا ظاهرًا إلا أنهما ظاهران بما يكفى ليدلا على قدراتها القيادية. أما خط منبت شعرها فيدل على وجود شىء من العنصر المائى فى شخصيتها. ويدل البريق الرائع فى عينيها على وجود قدر من عنصر النار. وهناك أيضًا عيناها المرتفعتان قليلًا لأعلى، وهو دليل آخر على وجود عنصر النار، وهى علامة على التفاؤل والفضول، ولديها أيضًا بعض "حقائب المال" التى تميز عنصر التراب على جانبى فمها؛ مما يدل على وجود مخزون طبيعى من الطاقة.

أما طول الجزأين الأوسط والأسفل من الوجه لديها، فيدل على أن قواها تتركز فى الجانب العملى الممزوج بقدر كافٍ من القدرات الحدسية. أما الجبهة فقصيرة مقارنة بباقى الملامح؛ مما يعنى عدم احتياجها لتحليل كل شىء والبحث فى تفاصيله لتطمئن، وعينها اليسرى مفتوحة بدرجة أضيق من اليمنى؛ مما يعنى احتفاظها لنفسها برأيها عن الآخرين؛ أى إنها ليست بدرجة الوضوح الذى يوحى به ظاهرها.

ويدل التغير على حافة أذنها اليسرى على أنها واجهت مصاعب فى الثامنة من عمرها، ويدل خط منبت شعرها غير المنتظم على فترة مراهقة عصيبة. أما العلامة الخفيفة بين حاجبيها فقد تكون دليلًا على أن بداية الأربعينات من عمرها كانت فترة تحول غيرت مسار حياتها، وقد تدل أيضًا على مشكلة فى اكتساب الطاقة أو المال، وقد تكون دليلًا على مشكلة صحية فى جهازها الهضمى، وتحديد الحقيقة يتوقف على سؤالها.

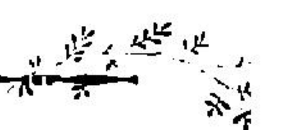
أما بالنسبة لفمها، فإنه يحمل بعض التوتر، وشفتاها رقيقتان إلى حد ما مع وجود بعض العلامات حولها مما يدل على وجود نقص فى طاقة عنصر التراب.

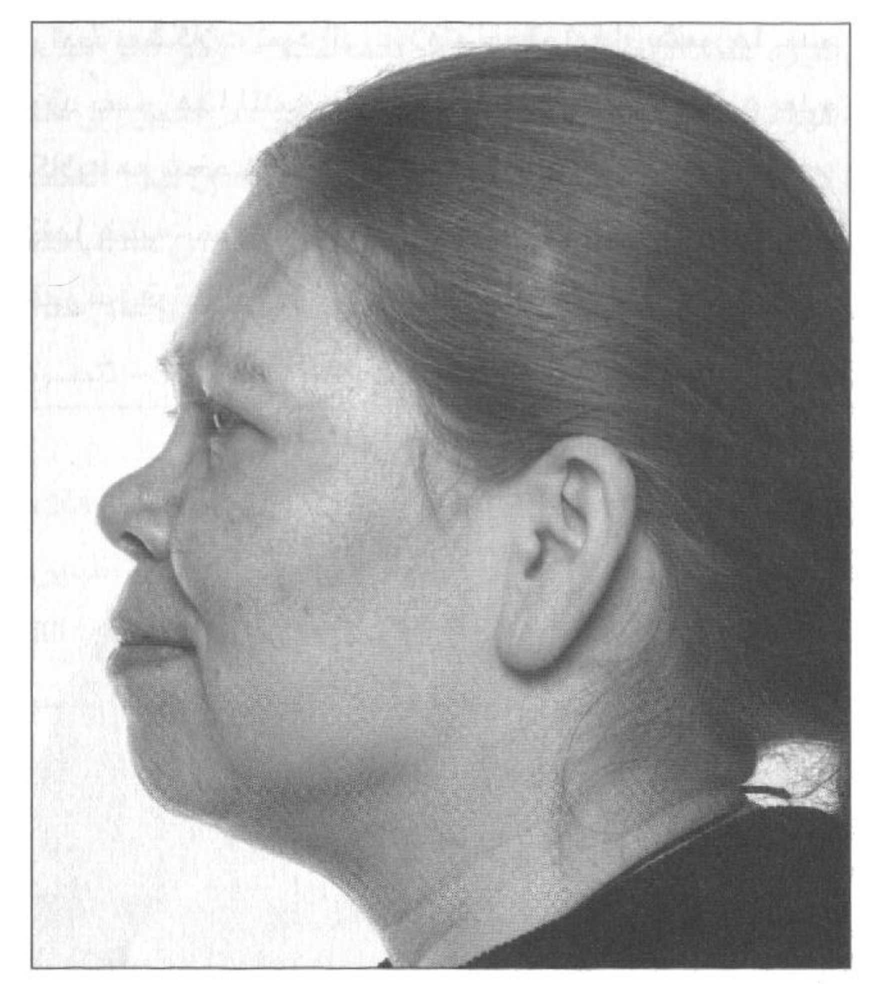
وهذا قد يرتبط بمشكلات تعود إلى علاقتها بوالدتها أو بشعورها بعدم الأمان فى طفولتها. وقد يُفسر هذا الملمح على أنه نتيجة شعور طويل الأمد بعدم الأمان، أو نتيجة مشكلات مع شخص كانت علاقتها به قوية، أو بالحالين معًا.

أما ذقنها فعليه بعض التجاعيد الدقيقة التى تجعلنى أظن أنها اضطرت لاستنفاد قدر من قوة إرادة عنصر الماء فى حياتها.



الشكل ١٢٠





الشكل ١٢١

هذه السيدة نصف آسيوية، ونصف شمال أوربية (الشكلان ١٢٠، ١٢١). من المهم أن نراعى الخلفية العرقية عندما نقرأ الوجوه. وكما بينا من قبل، فعلينا مقارنة الوجوه الآسيوية بالآسيويين، والوجوه القوقازية بالقوقازيين، والوجوه الإفريقية بالإفريقيين. ولكن فى مثل هذه الحالة؛ حيث يجمع الوجه بين عرقين مختلفين، من المهم أن نراعى أثر صفات كل عرق منهما على الملامح الفردية. الوجوه الآسيوية والإفريقية مثلًا غالبًا ما تكون ذات أنوف مفلطحة وشفاه أكثر امتلاءً من وجوه القوقازيين، وهذا الوصف يصدق فى حالتنا هذه. لذلك إذا كانت هذه السيدة قوقازية صميمة، فسيكون امتلاء أنفها وشفتاها ملحوظًا، وهو ليس الحال هنا.

تجمع هذه السيدة بين عنصرى الماء والتراب فى تناسق رائع؛ فخط منبت شعرها، ووهدتها العريضة، وأذناها وشحمتاها الكبيرتان، ونعومة ملامحها

بشكل عام جميعًا توضح الحكمة والإبداع المتأصلين فى عنصر الماء، وتتميز هذه السيدة أيضًا بالهدوء العميق الذى تفتقر إليه سائر العناصر، ولديها حاجة ملحة للتعبير عن إبداعها فى هذا العالم. وإذا لم يكن عملها يتيح لها مثل هذه الفرصة؛ فستحاول - بالتأكيد - أن تنمى لديها هواية أو أن تزاول عملًا إضافيًا توظف فيه قدراتها الإبداعية. وربما تعانى من مشاكل عنصر الماء عمومًا والمتمثلة فى عدم القدرة على التعبير عما يحتاج إليه أو عما يزعجه فى أى موقف.

أما امتلاء فمها والمنطقة السفلية من خديها فيشير إلى العنصر الثانى المؤثر فى شخصيتها وهو عنصر التراب، ويعبر أنفها المرتفع لأعلى أيضًا عن رقة مشاعر عنصر التراب. وهذه الملامح تحد من رغبة عنصر الماء فى الاستقلال، بل قد يصل تأثيرها إلى حد يجعلها تبقى فى عملها الذى يضايقها - مثلًا - لتشعر بالاستقرار والصحبة. ومع ذلك، فربما أنها تحب السفر، ولكنها ستبقى أبدًا فى حاجة إلى منزل يحتويها عندما تنتهى رحلتها. وعلى الرغم من حاجتها المميزة لعنصر الماء، والمتمثلة فى الخصوصية والعزلة، لكنها - وبحكم قوة تأثرها بعنصر التراب - بحاجة إلى الكثير من الصداقات لأن ذلك مهم لها أيضًا.

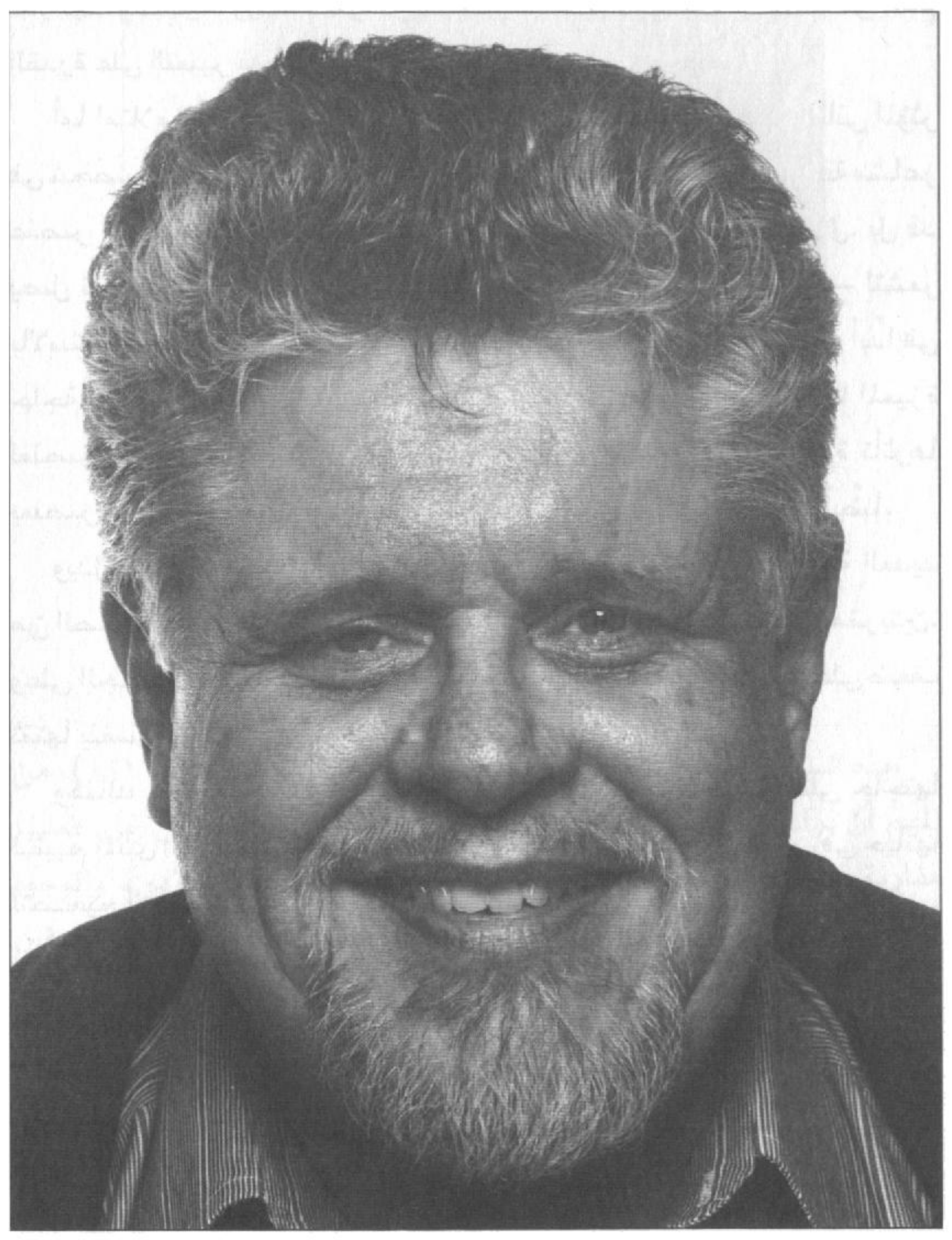
ويدل طول حاجبيها على امتلاكها قدرة عنصر الخشب على إقامة العديد من الصداقات فى حياتها، وعدم اكتفائها بصديقة واحدة أو صديقتين مقربتين. وعلى الجانب الآخر، نجد حاجبيها ليسا كثيفين كما ينبغى؛ مما يدل على ضعف ثقتها بنفسها.

وهناك بعض التجاعيد الصغيرة فوق شفتها العليا مما يدل على حاجتها لتقييم المدى الذى وصلت إليه من الشعور بالإحباط والافتقار العاطفى فى حياتها لتصحيح الأوضاع.

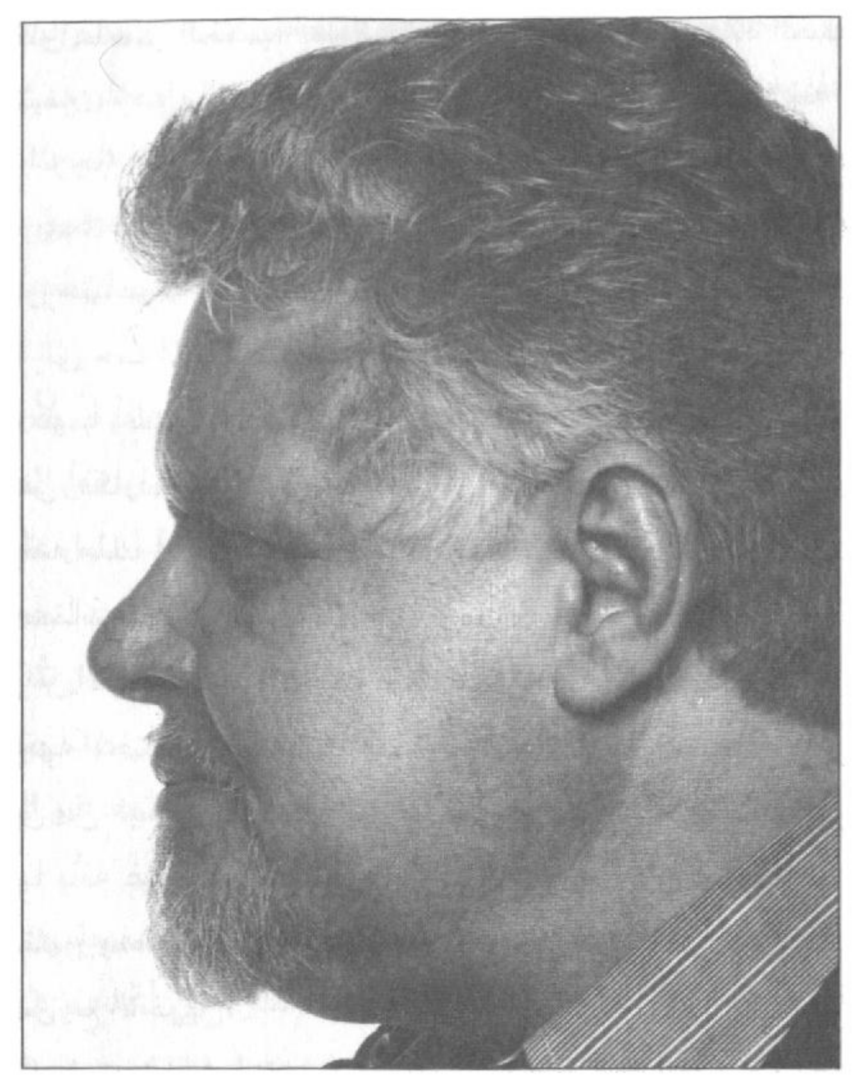
وعلى الرغم من أن منخريها يدلان على تساهلها فى إنفاق المال، فهذا ليس مدعاة للقلق؛ لأننا عندما ننظر إلى شحمة أذنها الرائعة نستنتج موهبتها فى التخطيط المالى بعيد الأمد، أما حقائب المال فى المنطقة السفلية من خديها؛ فهى علامة رائعة أخرى على أنها ستكون آمنة ماديًا فى حياتها. لذلك؛ فعلى الرغم من إنفاقها ببذخ، فإنها حكيمة فى الادخار، والاستثمار، وموازنة تفاصيل كل ما تنفقه.

وثمة اختلاف ملحوظ بين جانبى وجهها، فإذا غطينا الجانب الأيمن منه ونظرنا إلى الأيسر وحده، فسنرى حزنًا خفيًا. أما الجانب الأيمن من وجهها

فيظهر طبيعتها الدافئة المعطاءة التى ترحب بك كصديق حميم. وعندما نقسم وجهها إلى ثلاث مناطق أفقية فسيظهر أن منطقة الحدس هى الأقوى لديها؛ مما يضيف المزيد إلى القدرات الحدسية لعنصر الماء لديها.



الشكل ١٢٢



الشكل ١٢٣

فى هاتين الصورتين (الشكل١٢٢، ١٢٣) نرى رجلًا شعره مموج وكثيف، وجبهته بارزة للأمام، وحول عينيه ظلال، وذقنه قوية — وجميع هذه الملامح تدل على انتمائه لعنصر الماء. إنه يتمتع بالصفات المعتادة فى عنصر الماء كشخصية عالية الإبداع، وعميقة المشاعر، وتواقة دائمًا إلى الاستقلال. أما ذقنه البارز، فيدلنا على قوة العزيمة، وربما العناد. وعندما نمزج بين هذه الصفة وبين خط منبت شعره مربع الشكل؛ فهذا يدل على تمرده وعدم تلقيه الأوامر!

وإضافةً إلى ملامح عنصر الماء نجد وجهًا مستديرًا، وشفتين ممتلئتين، وفمًا كبيرًا مما يدل على وجود طاقة عنصر التراب فى شخصيته، وهو ما يتضح أيضًا من خلال استدارة طرف أنفه. إن العلاقات مهمة بالنسبة لهذا الرجل، وربما كان أكثر انفتاحًا على الصداقات من باقى المنتمين لعنصر الماء. وهناك خطوط بهجة تنتمى لعنصر النار حول عينيه، وهذا ما تؤكده غمازتا وجهه.

ربما كان عنصر الخشب أضعف العناصر لدى صاحب هذه الصورة؛ فليس حاجباه كثيفين، وهو ما قد يقلل من ثقته بنفسه ومن إصراره ودافعه، وهو ليس فى صالح الرجال فى ثقافتنا. ومن الملامح البارزة الأخرى لديه مدى عمق عينيه فى محجريهما؛ مما يدل أنه على الرغم من بشاشته وطيبته؛ فقد لا يستطيع التعبير عن مشاعره الخاصة العميقة حتى للمقربين منه. وصفة الكتمان هذه – إضافةً إلى حب المنتمى لعنصر الماء للهدوء والاختفاء – تساعدنا على فهم شخصيته فهمًا أفضل؛ حيث قد لا يفصح كثيرًا للآخرين بما يجول بخاطره أو يشركهم فى أفكاره. إنه يفضل عدم إظهار أوراق لعبه كلها، وليس من السهل أن تعرف موقفه منك أو من الموقف القائم؛ لذلك فإن صفات عنصر التراب لديه تعدل أثر صفات عنصر الماء.

والمثير أن الاستنتاجات السابقة قد تتناقض مع المعلومات المستمدة من رؤيتنا لجانبى وجهه المختلفين. إن عينه اليمنى – الواقعة فى الجانب العام من وجهه – تبدو أضيق من اليسرى؛ لذلك فإنه أكثر قربًا وانفتاحًا على الرغم من الرسالة التى يبعثها بأنه غير مستعد للتعبير عن ذاته. وربما كان هذا راجعًا إلى رغبة ذكورية للظهور بمظهر القوى واعتقاده أن ذلك لن يتم إلا من خلال إخفاء رغبته فى التواصل مع الآخرين.

وعلى الرغم من استدارة طرف أنفه؛ فإنها مدببة قليلًا أيضًا مما يعنى وجود القليل من عنصر النار فى شخصيته، وهو دليل على فضوله واهتمامه بمعرفة آلية سير الأمور. وهناك خط أفقى عبر قنطرة أنفه، وهو ما قد يكون علامة على تغير طرأ على حياته فى سن الأربعين، أو على مشكلة صحية فى جهازه الهضمى. وأخيرًا، هناك خطوط طفيفة مائلة على جانبى جبهته، وهو ما يدل على أنه شخص عانى مرحلة "المعاناة الروحية"، وبذل جهدًا ملموسًا للنمو والتطور على المستويين الشخصى والروحى.

قراءة وجوه الأطفال

باستطاعتك أن تقرأ المعلومات على وجوه الأطفال منذ لحظة ولادتهم، وستظل المعلومات تتكشف على وجوههم مع تغيرها خلال سنوات التكوين. يقول الصينيون

إنه حتى سن الخامسة والعشرين يكون وجه الشخص شبه "وجه والدته" – أى إنه يظل يتطور متأثرًا بوالديه حتى بلوغه الرشد. ولكن حتى إن كان هذا صحيحًا؛ فسترى أن الكثير من الملامح على هذه الوجوه الصغيرة تخصهم وحدهم فقط. من الممتع أن تتأمل وجه طفل صغير ينعكس عليه إبداع يتمثل فى جبهة مستديرة، وفضول وتعطش للمعرفة يعكسه أنفه المدبب، وموهبة فى التعبير عن نفسه يعكسها ذقنه المنقسم من المنتصف.

ويشعر معظم الآباء بالقلق بشأن ما يرونه على آذان أبنائهم؛ لأن هذا هو الموضع الذى تظهر عليه علامات التعرض لضغوط فى المستقبل. من الطبيعى أن يهتم الآباء بالعلامات التى تظهر على هذا الملمح؛ لأن ظهورها دليل على مشكلة كبيرة يواجهها الطفل فى هذه السن المبكرة. وأنا كأم أتفهم جيدًا حجم القلق على الأبناء والرغبة القوية فى حمايتهم من أى ضرر. ومن المهم أن تتذكر جيدًا أنه حتى لو لاحظت شيئًا غير مألوف على الأذن؛ فليس معنى هذا ضرورة أن الطفل يمر بخبرة قاسية؛ فكل ما يعنيه أن الطفل سيتعرض لتحدٍ فى السن التى تشير إليها هذه العلامة على أذنه.

تذكر أيضًا أن ما حدث لك ليس هو سبب ما تعانيه من ضغوط، فسببها هو شعورك تجاه ما حدث. إننى كثيرًا ما أرى علامة على أذن أحدهم فى الموضع الموافق للسنة التى غير فيها مدرسته، أو ولد له فيها شقيق. وهذا النوع من الخبرات جزء من الحياة التى يعيشها كل فرد، ومع ذلك فقد يصعب عليه التعامل معها وقت حدوثها. والواقع أنه من المفيد أن تستطيع توقع احتمال تعرض ابنك للضغوط؛ لأن ذلك سيمكنك من وضع خطة لتقدم له المزيد من الدعم مع اقتراب وقت الأزمة.

بالطبع لن تجد أية تجاعيد على وجه الطفل لكى تقرأها، ومع ذلك فقد تلاحظ أحيانًا ظهور خط أو اثنين على وجه طفلك عندما يقترب من مرحلة المراهقة أو أثناءها، فمن المألوف أحيانًا أن تلاحظ ظهور تجاعيد على الجبهة فى هذه المرحلة من العمر، وهو ما يدل على وجود شىء فى أنماط تفكيره، أو انفعالاته – أو أسلوب إدراكه للعالم من حوله – من شأنه أن يؤدى إلى معاناته من الضغوط، أو تعلمه لدرس مهم فى الحياة فى العشرينات من عمره (السنوات

التى تتجلى على الجبهة). إذا استطعت إقناع ابنك بتثبيت شريط لاصق على التجعيد لبضع ساعات، فستنكشف له بعض الحقائق المثيرة! كما ذكرت من قبل، فإن الطفل كلما شعر بشد فى الشريط اللاصق على موضع التجعيد سيتوقف لينتبه لانفعالاته وأفكاره فى هذه اللحظة؛ مما قد يساعده على اكتشاف نمط من الأفكار والانفعالات المشابهة والمتسببة فى هذه الخطوط التى تسهم فى إحداث تحدٍ فى حياته فى سنوات العشرينات.



الشكل١٢٤



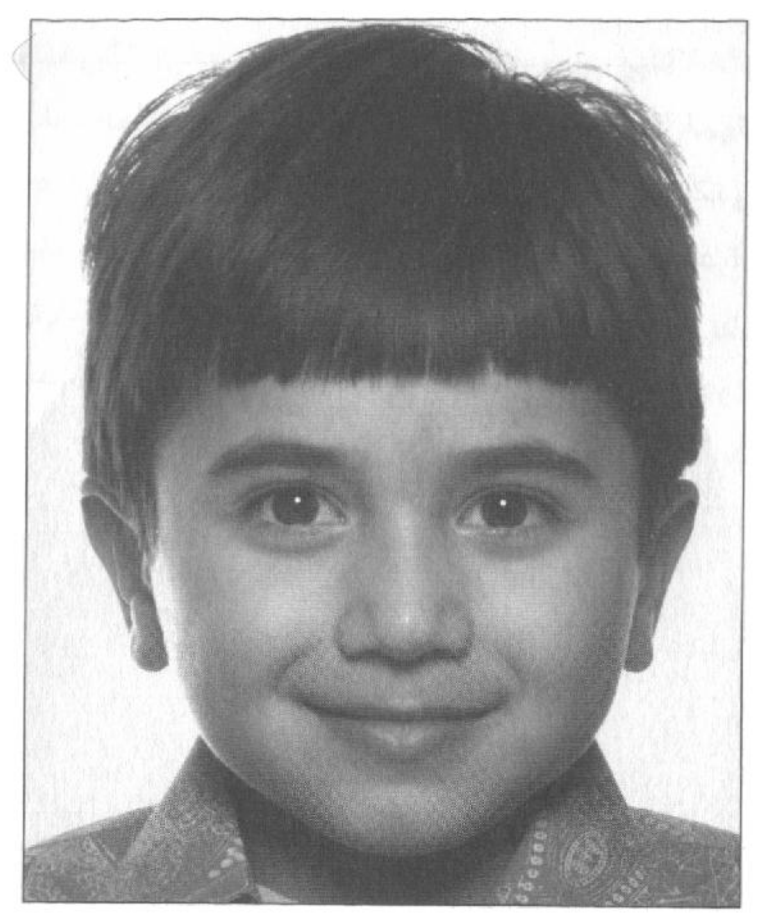
الشكل١٢٥

أمامنا صورتان لطفلة (الشكل ١٢٤، ١٢٥) يظهر فيهما تأثير لطيف لعنصر النار على وجهها، وهو ما نلاحظه بسهولة فى طرفى فمها المدببين والانقسام الخفيف فى ذقنها (والذى يبدو بوضوح أكبر فى صورتها الجانبية) والبريق اللامع فى عينيها. لذلك؛ فهذه الطفلة مليئة بالحيوية والمرح، ومن السهل إسعادها، ودائمة الحركة، ولا تكف عن المزاح والضحك. ومع ذلك فربما تعانى هذه الطفلة من القلق الذى يتميز به هذا العنصر، أو تعانى من مشكلات دراسية بسبب قصر مدى انتباهها المرتبط أيضًا بانتمائها لهذا العنصر.

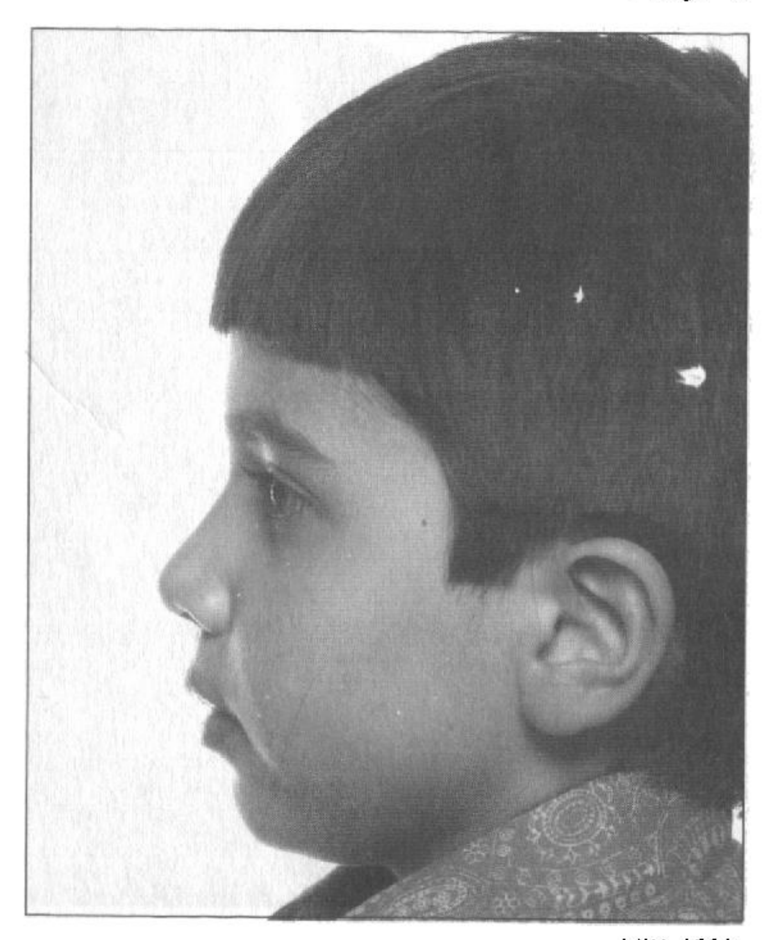
ولكن خديها يبديان قدرًا ليس بالقليل من العنصر المعدنى، وهو ما يعنى أنها مرهفة الحس وتحتاج لأن توضح للآخرين ما تريده! إن تركيبة (النار - المعدن) قد تمثل صعوبة لصاحبها؛ لأنها تزيد من احتمالات تأثره بالطاقة الخفية للآخرين وللبيئة المحيطة به، ولكن هذا قد يمنحها قدرة عالية على التعرف على احتياجات الآخرين ومشاعرهم. وتدل استدارة المآقى الداخلية لعينيها على لباقتها وحسن معاملتها للآخرين، أما شفتاها الممتلئتان فتضيفان لها المزيد من صفات عنصر التراب، أى إنها تقدر الصداقة وعلاقتها بالآخرين.

ويمنحها ذقنها المربع قدرًا جيدًا من الحس العملى، وتتمثل قوة ذقنها فى قوة عزيمتها، أما حاجباها فيحملان معنى عدم اكتراثها بإرضاء الآخرين لدرجة لا تهتم معها بما قد يترتب على أفعالها من نتائج. أما فكها واضح المعالم، فهو علامة على النسق المعتقدى القوى لعنصر الخشب؛ فالمؤكد أن هذه الطفلة لا تتأثر بسهولة بآراء الآخرين. وتضيف وهدتها الرائعة وجبهتها المستديرة من الأعلى قليلًا المزيد من القدرات الإبداعية لعنصر الماء.

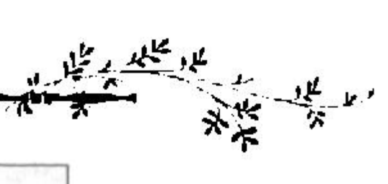


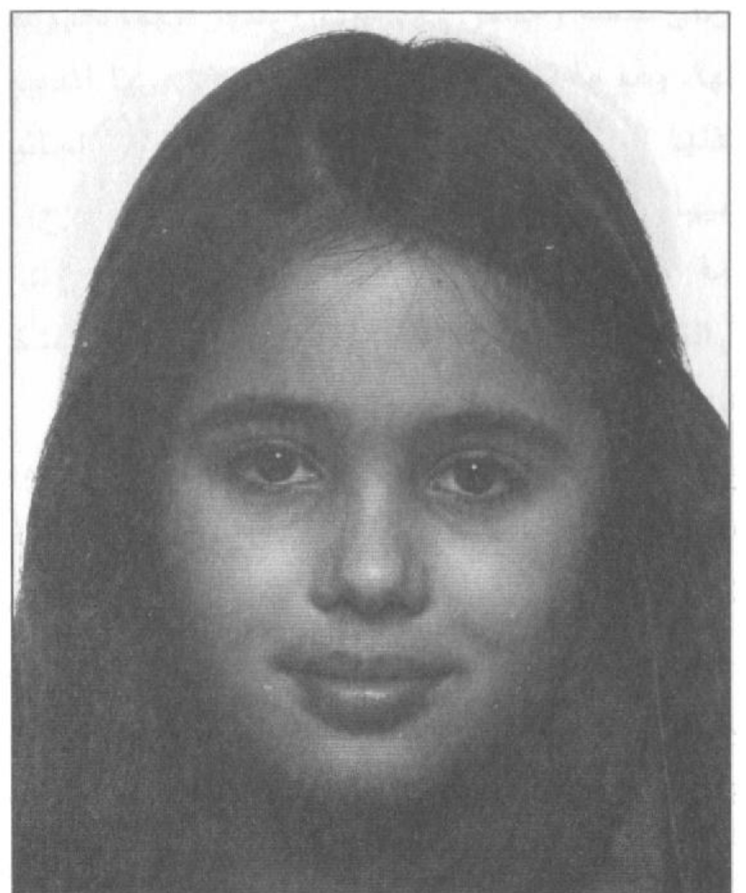


الشكل ١٢٦

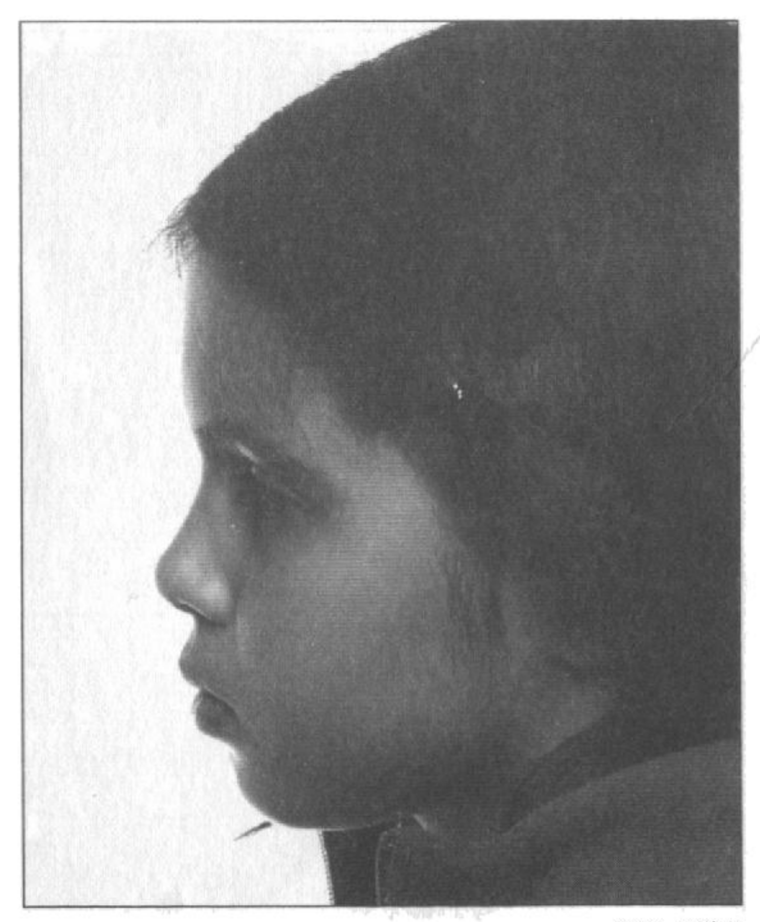


الشكل ١٢٧





الشكل ١٢٨



الشكل ١٢٩

هذان الطفلان الرائعان من شرق آسيا أخ وأخته (الأشكال ١٢٦–١٢٩). يمكنك ملاحظة الكثير من أوجه الشبه بين هذين الطفلين، لكن هناك أيضًا بعض الاختلافات المهمة التى يجب أن نضعها فى اعتبارنا حتى نفهم شخصيتهما. أبرز العناصر التى تكون شخصية هذا الطفل هو العنصر النارى؛ حيث يمكنك أن تتأكد من هذا عندما تلحظ الوميض الجذاب الذى يتوقد فى عينيه، بالإضافة إلى ذقنه الذى به شىء من الانقسام الذى يميز العنصر النارى. أما حاجباه فكثيفان مما يدل على الثقة بالنفس والدافعية اللتين تميزان عنصر الخشب، وجفناه السفليان غير واضحى الاستدارة؛ مما يدل على قدرته على تقييم الأشخاص والمواقف تقييمًا منطقيًا وعدم وقوعه تحت تأثير الانفعالات.

وشفته العليا أكثر نحافة من السفلى، وهو أمر غير شائع فى الذكور مما يشير إلى أنه يحب التدليل، وهو ما تفعله والدته فى هذه السن، وتفعله زوجته عندما يكبر. والمنطقة السفلية من خديه بها حقائب المال التى تميز عنصر التراب، والتى تدل بالاشتراك مع قنطرة عريضة للأنف على أن لديه مخزونًا هائلًا من النشاط، ومن طيبة عنصر التراب.

أما أذناه فهما فى مكان منخفض من رأسه على غير المعتاد مما يدل على أنه سيحقق النجاح فى مرحلة متأخرة فى حياته. أما شحمتا أذنيه، فهما ممتلئتان وسميكتان مما يدل على تركيزه على التخطيط طويل المدى، وتمتعه بالمزيد من حكمة عنصر الماء بوجه عام. أما تباعد شحمتى أذنيه عن رأسه، فيدل على قدرته على الاستقلال والتحرك بعيدًا عن عائلته.

وعلى الرغم من أن أنفه لم تصل إلى شكلها النهائى بعد وستظل فى طور النمو حتى يتجاوز مرحلة المراهقة؛ فمن المحتمل أن تكون أنفه مدببة إلى حد ما بما يدل على طبيعته الفضولية، ورغبته فى اكتشاف آلية سير الأمور فى الحياة.

وعلى الجانب الآخر، نجد أخته تنتمى إلى عنصر الماء الذى يتغلب على ملامح وجهها أكثر من ملامح أخيها؛ حيث تحمل ملامحها مشاعر أكثر عمقًا من مشاعر أخيها مما يزيد من حضورها، وحاجباها أطول من حاجبيه مما يدل على أن الصداقة مهمة لها أكثر من أهميتها لأخيها – أى إنها تستطيع تكوين العديد من الصداقات، ولديها طاقة عنصر الخشب التى تساعدها على التعامل مع أنماط متعددة من الشخصيات، وهى قدرة يفتقر إليها أخوها. أما جفناها السفليان، فهما أكثر استدارة؛ مما يعكس مراعاتها لمشاعر الآخرين. وشفتاها



أكثر امتلاءً، وهذا دليل آخر على أنها تستطيع التعبير عن انفعالاتها، وعلى أهمية العلاقات بالنسبة لها.

وعلى الرغم من أن شعرها يخفى جزءًا كبيرًا من شحمتى أذنيها، إلا أنهما توضحان لنا صفة أخرى من صفاتها. إنهما قريبتان لجانب رأسها أكثر منهما لدى أخيها؛ مما يعنى أن علاقتها بأسرتها مهمة بالنسبة لها دائمًا. نلاحظ أيضًا أن الطرف الأمامى لأنفها مرتفع لأعلى قليلًا مما يدل على ميولها العاطفية رغم أن هذا لن يتضح إلا فى مرحلة تالية من حياتها عندما يكتمل نمو ملامحها. أما ذقنها فمربع أكثر من ذقن أخيها، وهذا يدل على اتزانها، وهذا الاتزان يكبح جماح ما توضحه باقى ملامحها من انفتاح على العالم المحيط.



إن قراءة كل هذا القدر من المعلومات أمر شيق، ورغم ذلك فكما أن تفسيرنا للأحداث فى حياتنا هو ما يجعلنا نشعر بالتعرض للضغوط، فإن أهمية وفاعلية قراءة الوجوه تكمن فى طريقة تطبيقنا لها. فى الفصل القادم ستكتشف كيفية توظيف ما تعلمته من مهارات جديدة لتسهل رحلتك، ورحلة الآخرين عبر الحياة.



نظرات الرحمة والتعاطف



كان لى جارتان تحدث بينهما مشكلات؛ حيث كانت الأولى صورة نمطية لعنصر المعدن – فى غاية الحساسية، ثم جاءت الجارة الجديدة بشخصية يغلب عليها العنصر الترابى، وكانت حديثة الانفصال عن زوجها؛ لذلك كانت تعانى إحساسًا بالغضب والخسارة. سرعان ما شعرت المرأة الحساسة بالطاقة المنبعثة من الجارة الجديدة، وكان هذا أكثر مما تحتمله طاقتها، فبدأت فى الشعور بالقلق والاضطراب لمجرد وجود هذه المرأة إلى جوارها، بل إنها أصيبت بالتشنج عندما زرعت جارتها زهورًا بالقرب من سور حديقة منزلها، أو عندما كانت تضع النفايات فى المنطقة بين منزليهما.

أما بالنسبة للمرأة التى تنتمى لعنصر التراب، فكانت تشعر بالإحباط بسبب جارتها العصبية؛ حيث حاولت فى البداية أن تذيب الجليد بينهما بتقديم بعض الخدمات لجارتها مثل اقتلاع الأعشاب الضارة التى فى فناء منزلها، أو إحضار الصحيفة ووضعها بجوار بابها. لكن الجارة القديمة رأت أن هذا تجاوز للحدود وأصبحت أكثر انزعاجًا حتى وصل الأمر بينهما أنهما كانتا تتحريان عدم الخروج من باب المنزل فى نفس الوقت حتى لا تتقابلا، ولكن حتى هذا لم يكن يكفى لتشعر الجارة المعدنية بتحسن؛ فقد أخبرتنى بأنها تشعر بطاقة انفعالية تنبعث إليها عبر جدران منزل جارتها حتى عندما تكون كل منهما داخل منزلها.

وقد أفضت إلىّ الجارة الجديدة هى الأخرى قائلة: "لا أعرف سبب اضطراب جارتى وعدم ارتياحها لى رغم أننى حتى عندما أكون فى منزلى أبعث لها حبى". وعلى الرغم من ثقتى فى صدق نواياها إلا أن ما كان يحدث فى الحقيقة هو أن مشاعر الاهتمام التى تنبعث منها كانت تجتاز طبقات شخصيتها الترابية الصلبة القوية قبل وصولها لمنزل جارتها بعد أن تتشبع هذه المشاعر بموجبات الطاقة الترابية ثم تجتاز بعد ذلك طبقات التفسير لدى الجارة المعدنية - التى تشعر بأنها قد استقبلت شيئًا بعيدًا كل البعد عن مشاعر الحب!

إننا جميعًا لدينا رغبة واحدة صادقة فى قلوبنا، وهى أن نحيا حياة مليئة بالمحبة الكاملة منحًا واستقبالًا، ونسير فى الحياة محاولين منح الحب وتواقين إليه، ومع ذلك فأحيانًا ما لا ننجح فى هذا. ربما أن المشاعر التى نرسلها للطرف الآخر لا تصل إليه، أو تطيش عن يمينه أو يساره، أو لا تصل إليه قوية كما ينبغى، أو تتعكر بفعل تأثرها بشخصية الطرفين - المرسل والمستقبل. وبالمثل، فإن مشاعر الحب التى يرسلها أحدهم إلينا يحدث لها نفس الشىء؛ لذلك يشعر كلانا بأن ما نرسله لا يُستقبل، ولا نحصل على شىء فى مقابله. إننا نجهل كل الطرق التى يحاول المحيطون بنا من خلالها منحنا حبهم وتكون النتيجة الحتمية لذلك هى الشعور بالحرمان.

إننى أرى هذا يحدث بصور كثيرة، فجميعنا منغمس فى شخصيته مما يؤثر على علاقتنا بمن حولنا. إن شخصياتنا ليست إلا أنساقًا معتقدية كانت بدايتها اعتمادًا على العناصر الطبيعية التى ننتمى إليها، إلا أننا سرعان ما نتأثر بخبراتنا، وردود أفعال الآخرين، وطرقنا فى التوافق مع كل هذا. وتتراكم طبقات هذه المعتقدات لدى الكثيرين منا مكونة "تصورًا معقدًا" يشكل تصورنا لأنفسنا ولسير العالم من حولنا. وربما كان هذا التصور صحيحًا، أو غير ذلك، بل ربما لم يكن فى صالحنا على المدى البعيد! عندما تستحوذ علينا خلافاتنا الشخصية، فإننا نفقد توازننا، وننقطع عن مصدر حكمتنا الفطرية، ونشعر بالانفصال عن كل من حولنا. وعندما نبالغ فى التعامل مع الأمور على محمل شخصى أو بتزمت تصبح الحياة صعبة فى كل جوانبها مثل تمثال "مايكل أنجلو" (الذى سبق أن ذكرته فى مقدمه هذا الكتاب.)؛ حيث الملاك حبيس بداخل قطعة من المرمر.

أما إذا استطعنا التحرر من الطبقات السلبية فى شخصياتنا لينجلى جوهرنا الحقيقى الداخلى، فسنرى أنفسنا وغيرنا من منظور جديد، ونتجاوز انحصارنا فى تصوراتنا القاصرة إلى آفاق أوسع وأرحب للوعى. إن فهمنا للعناصر الخمسة وقراءة الوجه سيمكننا من تطوير ما نسميه بـ "نظرات الرحمة والتراحم" سواء كانت هذه النظرات لنا أو لغيرنا ممن حولنا، وبدلًا من التعامل مع أنفسنا أو غيرنا انطلاقًا من ردود الأفعال الفورية، أو إصدار الأحكام التعسفية المتحاملة، فسيكون من السهل علينا أن نرى كل من نتعامل معهم ونقبلهم على ما هم عليه.

يتزايد حاليًا عدد من أصبحوا على وعى كامل بأن هذه الطبقات السلبية فى شخصياتهم هى العائق فى طريق تقدمهم، ويجتهدون فى التحرر منها ليبدءوا مسيرة جديدة بالكامل. أحيانًا ما يقول لى أحدهم إنه يخشى إن هو تعلم قراءة الوجه أن يتقوقع أكثر من ذى قبل فى حدود شخصية ضيقة. الحقيقة أنه قد يبدو للوهلة الأولى أن اكتشاف المرء لطاقته الفطرية يجعله يتقوقع داخل حدود شخصية ضيقة، ولكننى اكتشفت أن العكس هو ما يحدث.

عندما ترى نفسك من منظور قوى المد والجزر الكونية (قوى الين واليانج)، فستتحرر من الأفق المحدد الذى تعيش فيه وتنفتح لك الأبواب على مصراعيها، وينزاح السقف، وتتحرر من القيود الشخصية الضيقة والتزمت الذى تعيش فيه. وبدلًا من أن تشعر بأنه ليس هناك من يشاركك مشاعرك، وأنك معزول عن الآخرين ستدرك أنهم جزء من حياتك. إن قلق الزوجة لتأخر زوجها عن ميعاد الغداء – مثلًا – إحدى صور الاهتمام فى عنصر التراب، وروح التنافس التى تشعر بها فى سعيك الحثيث للحصول على ترقية فى عملك نوع من دافعية عنصر الخشب، والتوتر الذى يجعل أنفاسك ضحلة قصيرة عندما تعد تقريرًا سببه أن عنصر المعدن بداخلك بدأ يتحرك لتحقيق الكمال. إن هذه الانفعالات لم تعد تحمل شيئًا "خطأ"، بل هو تحرر من إضافة مستوى جديد لمستويات الضغوط التى يحملها جسمك.. كل ما فى الأمر أنك تعترف بانفعالاتك بصورة جديدة للاعتراف ثم تتحرر منها وتواصل حياتك.

عندما تناديك ابنتك قائلة: "انظرى إلىَّ" كثيرًا، فهذا هو عنصر النار لديها ولا يعنى أنها تحاول مضايقتك خاصة إذا كنت تعدين الغداء، بل يعنى أنها تتصرف وفق ما يمليه عليها عنصر النار. وعندما يصر شريكك على رفض التقيد بدوام عمل رسمى يبدأ الساعة التاسعة وينتهى فى الساعة الخامسة؛

فليس معنى هذا أنه لم يصل بعد إلى النضج، بل قد يكون سببه هو رغبة عنصر الماء فى الشعور بالحاجة إلى التحرر من قيود الأنظمة المعتادة.. هذه الصفات وغيرها ستظل تظهر دائمًا على مر الأعوام.

عندما تفهم طبيعة كل شخص ونوع الطاقة الكامنة بداخله، فسيقل توجيهك اللوم للآخرين. وإذا نظرت إلى الآخرين بعين ملؤها المحبة، ستنفتح أمامك رؤية أوسع لعلاقاتك، وتظهر لك بدائل جديدة للتعامل معها من هذا المنطلق. وعندما تتعلم الحكمة التى أظهرتها قراءة وجهك، فستتعلم كيف تنجح فى منح الحب وتلقيه.

وعلى الرغم من أن هذه المعرفة ستغير نوعية علاقاتك بالآخرين، فإن الأهم من ذلك أنها ستحسن علاقتك تجاه نفسك. لقد كانت معرفتى لما يقوله لى وجهى عن قدراتى وقواى الداخلية، والقصور الذى أعانى منه موضع تحول فى حياتى. إن بشرتى الشاحبة، وأنفى الضخم، وعظامى الدقيقة تدل على أن لدى الكثير من عنصر المعدن فى شخصيتى. والبريق الذى فى عينىَّ وشعرى الأحمر يعنى أن عنصر النار هو الذى يلى عنصر المعدن قوة فى شخصيتى. كنت أثناء طفولتى حساسة للغاية لدرجة أنه إذا كان بجوارى شخص منزعج كان شعوره بالانزعاج ينتقل إلىَّ دون حتى أن يظهر انفعاله. وكنت عندما أدخل غرفة خالية من الناس ولكن دار فيها جدال منذ فترة طويلة، أشعر بغثيان يصيبنى بسبب الانفعالات التى نتجت عن هذا الجدال. كنت أمرض كثيرًا؛ لأن جسمى كان محملًا بضغوط ناتجة عن تصرفات الناس من حولى، ولم تكن لدى القوة الكافية لمقاومة الجراثيم التى تصيبنى.

غالبًا ما تحدد خبرتنا فى طفولتنا معتقداتنا بما يمكننا القيام به فى أيامنا القادمة، إلا أن الأفكار التى منحتنى إياها قراءة الوجه جعلتنى أنظر لنفسى نظرة جديدة؛ فبدلًا من أن أستسلم لضعفى وحساسيتى المفرطة، واضطرارى للحيطة والحذر طوال الوقت، استطعت أن أحول نقاط الضعف هذه إلى أقوى قدراتى التى استفدت منها كراشدة. إن ذات الحساسية التى جعلتنى ضحية لموجات الطاقة من حولى تحولت إلى وعى وقوة.

إن تعلمى لتقدير دقائق العنصر المعدنى قد ساعدنى على النجاح فى حياتى، وإدارتها بأسلوب إيجابى، وأنا راضية وفخورة بهذا. وهذا أيضًا هو سبب توسعى

فى عملى ليشمل تدريب غيرى من مفرطى الحساسية ومساعدتهم على أن يعيشوا حياة متوازنة قوية.

وإضافة إلى عنصر النار، فعنصر التراب هو المكون الآخر الذى يظهر بقوة فى شخصيتى؛ وهذا هو ما يجعلنى أحب أن أكون دائمًا مع الآخرين على الرغم من الحساسية المفرطة التى ميزنى بها عنصر المعدن. عندما أقابل الناس، فأول ما أحاول فعله مساعدتهم رغم أن هذه المساعدة لا تتمثل فى رغبة فى (إطعامهم) كما يفعل المنتمى لعنصر التراب، بل أتصرف بما يتوافق مع تركيبة عنصرى المعدن والنار. إننى أرغب فى مساعدة الآخرين من خلال تقديم الوضوح الذهنى والانفعالى لهم، والتعامل مع طاقاتهم الخفية، وجعل من حولهم ينظرون إليهم نظرة تقدير وإعجاب.

لدى أيضًا قدر لا بأس به من عنصر الخشب الذى يمنحنى دافعية وحبًا للتعلم. والحق أن نقطة الضعف الوحيدة التى أعانى منها هى عنصر الماء، ومعرفتى بهذا القصور يساعدنى على اتخاذ قرارات صحية. لقد تعلمت أن انتمائى للعنصر المعدنى يجعلنى أحرم نفسى حتى من أن أنجح فى تجاوز المواقف الصعبة لكننى الآن تعلمت كيفية الاستفادة من مخزون طاقة عنصر الماء لدىَّ. قد أكون نارية جدًا لدرجة لا أشعر معها بحاجة إلى الاستمتاع بحمام طويل مريح كل ليلة، لكننى نجحت فى ابتكار طرق خاصة تمكننى من الاسترخاء العميق، ومساعدة طاقتى على التدفق بهدوء لأستفيد من الحكمة الرائعة الكامنة فى هذه الطاقة.

عندما تنظر فى المرآة حاول أن تستفيد من هذه المعرفة لتفهم قصة حياتك وما جعلك تتخذ ما اتخذته من قرارات. كيف كان عنصر الماء – مثلًا – سببًا فى تصرفك بشجاعة؟ متى كان عنصر الخشب عائقًا أو دافعًا فى سبيل تقدمك؟ هل سبق أن جعلك عنصر النار تضل طريق رسالتك فى الحياة، وما الذى تستطيع فعله لتستعيد توازنك؟ كيف أثر عنصر التراب على تقدمك فى العمل، ومتى أثر عنصر المعدن على علاقاتك؟ قد تكتشف – مثلى –فهمًا ثوريًا جديدًا عن رحلتك فى الحياة، وأفكارًا عن كيفية سفرك فيها.

فى النهاية، آمل أن تجعلنا المعلومات الواردة فى هذا الكتاب نعيد النظر فى طريقة تقييمنا للجمال وللمظهر الخارجى، بل وطريقة تشكيل معتقداتنا الثقافية لنظرتنا عن مظهرنا.

عندما تفهم جيدًا معنى التجاعيد وما تعبر ملامح وجهك عنه من ذاتك الداخلية؛ فتُرى أى مبرر يجعلك تتحرر من أيها؟ لماذا تريد استئصال "خطوط الهدف"، أو تحاول تصغير أنفك بطاقته الكبيرة، أو إزالة العلامات التى نتجت عن درس تعلمته من اتخاذك لقرار حاسم أو مصاعب واجهتك فى حياتك العملية؟ إن هذا يبدو أشبه بالتخلص من ألبوم صور أسرتك الذى يسجل مشوار حياتها! إن هذه العلامات ما هى إلا دلائل شجاعة، وأمارات شرف، ونمو داخلى، وعمق حكمة. بدلًا من أن ترى ضرورة تعديل ملامح وجهك ليتوافق مع أحدث معايير الجمال الظاهرى السطحى، عليك استخدام المعلومات الواردة فى هذا الكتاب لتكتشف الجمال الحقيقى لوجهك، وتدعمه، وتنميه، وتعبر عن جمالك الداخلى الحقيقى. عندئذٍ ستحب من تراه عندما تتطلع فى المرآة.





الخاتمة

العودة إلى الذات الحقيقية

بداخلنا جميعًا دافع يستنهضنا للعودة إلى ذاتنا الحقيقية؛ فجميعنا نشعر طوال حياتنا بنداء يدعونا لكى نطلق العنان لروحنا كى تحلق فى الآفاق ولقدراتنا الرائعة التى ولدنا بها كى تجد طريقها إلى العالم الخارجى. لكن التلقائية النقية التى تميز شخصيتنا الحقيقية الجميلة سرعان ما تتأثر بخبراتنا فى العالم، وحتى نتوافق مع العالم الخارجى فإننا نحاول تغيير شخصياتنا الحقيقية، أو مقاومتها، أو إنكارها أو الحد منها. ثم نفقد الكثير من إحساسنا بذواتنا الحقيقية التى لا تفتأ تحاول الظهور، إلا أننا نحكم عليها بأنها خطأ، ونلوم أنفسنا على التعبير عن انفعالاتها.

لقد اتضح لى أن ما بدأته فى صورة محاولة لفهم عملائى فهمًا أفضل قد أصبح أكثر أهمية باعتباره أداة للتحول الشخصى. فى ورش العمل التى أعقدها وفى الاستشارات الخاصة التى أقدمها أرى أن قراءة الوجه تحرر الناس من الشك بالذات، ولومها، والارتباك بشأن حقيقة أنفسنا ودورنا فى الحياة. كثيرًا ما سمعت من عملائى أنهم استفادوا من الأيام التى قضوها فى فصل قراءة الوجه أكثر من السنوات التى أمضوها فى تعاطى الأدوية والعقاقير!

والهدف من هذا الكتاب هو أن تعيد اكتشاف ذاتك الحقيقية، وأن تستعيدها، وأن تؤدى الدور المنوط بك. عندما تعيش فى توافق مع ذاتك الداخلية فستشع حبًا، وعندما تستطيع أن تحب ذاتك ستتمكن من معاملة الآخرين بالمثل.

إن الحكمة التى يقدمها وجهك بوسعها مساعدتك على تجاوز التحامل على نفسك وعلى الآخرين لتصل إلى الوضوح. لوجودك على ما أنت عليه من شخصية سبب وهدف ورسالة، وهذه الرسالة تقوم على الإيقاعات، والأنماط، والأغراض الطبيعية التى تحكم كل صور الحياة. وهذه الحكمة لا تركز على اكتشاف الخطأ؛ فليس ثمة خطأ أو قصور لديك أو لدى أى شخص آخر. عندما نفهم الذات الحقيقية لكل شخص نقابله لن يكون هناك أى تحامل أو سوء تفاهم، ولن يكون هناك إلا الفهم والوعى الذى سيجعلنا نحب الآخرين كما هم.

من أنت؟ وما هى رسالتك فى الحياة؟ لديك الآن بالفعل كل ما تحتاج إليه للإجابة عن هذين السؤالين.. وهو مكتوب على وجهك.



شكر وتقدير

يمنحنى هذا الجزء من الكتاب الفرصة لتوجيه الشكر للآخرين، وعندما جلست لأفكر فى هذا الجزء رأيت أنه سيفوق حجم الكتاب بالكامل لكثرة من علمونى ودلونى على الطريق الصحيح وصبروا علىَّ على طول الطريق، وظلوا كذلك إلى النهاية. وهناك أيضًا عائلتى وأصدقائى الذين تحملوا تفرغى الكامل لهذا الكتاب وتجاهلى التام لدورى فى الحياة وانشغالى عنهم؛ لذلك أشعر بأننى أسعد امرأة فى الكون.

أشكر أبى "ويندال" لتوضيحه لى أهمية التواصل الدقيق لتوصيل المعلومات للآخرين بسهولة ليفهموها، وأشكر أمى "فيليس" لشفافية روحها وحيويتها، ولتعريفى بالعالم من خلال عينيها.. عينى الفنان.

عرفانى العميق لأساتذتى المتخصصين فى الحكمة الشرقية الذين كشفوا لى هذه الحقائق الرائعة. شكرًا لكل من: "تشارلز"، و "ماى"، و"بوكمون دونج" لترحيبهم بى فى عائلتهم طوال خمس عشرة سنة من الاستغراق فى تعلم الثقافة الصينية. شكرًا لـ "لويس هاى"، و"ويليام سبير"، و"لورى ديتشار"، و"ليليان بريدجز"، و"شان-تونج هسو"، و"أورسولا ليجوين" لتقديمهم النصح والإرشاد الشخصى لى طوال رحلتى، وأشكر "روسيل كوفيتس"، و"تيرا كولينز" على صداقتهما المتفتحة الودودة أبدًا. وأشكر كل من قبل نشر صورته فى هذا الكتاب،

فما أكرمكم لقبولكم نشر صوركم لنتعلم جميعًا، وأنا فى غاية الامتنان لهم جميعًا لأننى أعرف أن تقديمهم لصورهم لم يكن بالأمر السهل على الكثيرين منهم.

شكرًا لكل من شاركونى أوقاتهم حتى إن كانت قصيرة صامتة؛ حيث كشفت إشراقة الترابط بين أرواحنا عن الشجاعة والقوة التى تحملها قلوبنا. والأهم من جميع هؤلاء، أشكر أولئك الذين منحونى شرف استكشاف الجمال الرائع لوجوههم عبر السنوات الماضية، وأولئك الذين سأستكشف جمال وجوههم فى المستقبل.



ثَبَت المراجع

Allenson, Robert, ed. *Understanding the Chinese Mind: The Philosophical Roots. Oxford:* Oxford University Press, 1991.

Beinfield, Harriet, and Efrem Korngold. *Between Heaven and Earth: A Guide to Chinese Medicine.* New York, NY: Ballantine Books, 1991.

Bridges, Lillian. *Face Reading in Chinese medicine.* St. Louis, MO: Churchill Livingstone, 2004.

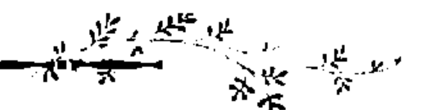
Cleary, Thomas. *Practical Taoism.* Boston, MA: Shambhala Publications, 1996.

________________. *The Taoist Classics. Boston,* MA: Shambhala Publications, 1990.

Connelly, Dianne. *Traditional Acupuncture: The Law of Five Elements.* Laurel, MD: Traditional Acupuncture Institute, 1994.

Dechar, Lorie. *Five Spirits: Alchemical Acupuncture: Healing* with the Five Elements. Apots, CA: Jade Mountain Publishing, 2003.

Elias, Jason, and Katherine Ketchman. *The Five Elements of Self_ healing.* New York, NY: Harmony Books, 1998.



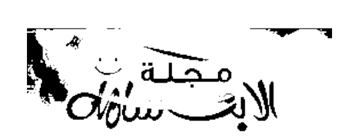
Kupchuk, Ted. *The Web That Has No Weaver: Understanding the Chinese Medicine*. Chicago, IL: Congdon & Weed, 1983.

Maciocia, Giovanni. *The Practice of Chinese Medicine*. Edinburgh: Churchill Livingstone, 1994.

Reichstien, Gail. *Wood Becomes Water*. New York, NY: Kodansha America, Inc., 1998.

Veith, Ilza, transl. *Huang Ti Nei Ching Su Wen: The Yellow Emperor's Classic of Internal Medicine*. Berkeley: University of California Press, 1972.





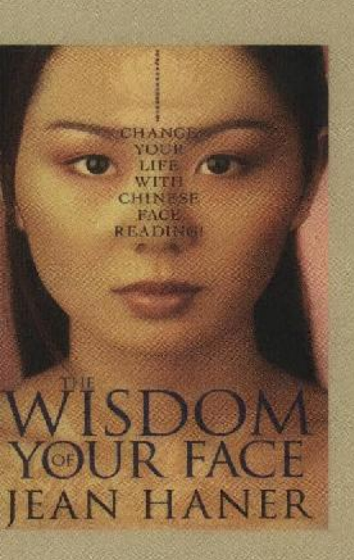


حول المؤلفة

"**جين هانر**" محاضرة، ومستشارة عالمية فى الأساليب الفعالة لـ "قراءة" الشخصيات الداخلية للناس. مستعينة بخمسة وعشرين عامًا من الخبرة فى المبادئ الصينية القديمة للتوازن والصحة، أخذت جين على عاتقها توضيح هذه الحكمة وجعلها مفهومة وسهلة التطبيق فى حياتنا المعاصرة. وتركز فى عملها على إيجاد طرق تمكن الناس من التوافق التام مع ذواتهم الحقيقية بقلوب خالية من الخوف ومليئة بالحب.

تقيم "جين" ورش عمل لقراءة الوجه بالأسلوب الصينى بداية من المستويات التمهيدية وصولًا إلى مستوى الممارسين المحترفين، كما تقدم الاستشارات الخاصة والتدريب للعاملين بالشركات الكبرى. ولمزيد من المعلومات عنها، زوروا موقعها الإلكترونى: **www.wisdomofyourface.com**، أو الاتصال على: 800-625-6307





"تأخذنا" جين هانر" في هذا الكتاب إلى عالم لم تعد خطوط الوجه فيه تمثل مشكلة جمالية ينبغي التخلص منها، لكن كل خط من هذه الخطوط يمثل حرفًا تقرأ من خلاله روح هذا الشخص. والكتاب الذي بين يديك كنز من المعلومات العملية والتوجيه، وبه من الإبداع والخيال ما يعتبر ذا قيمة هائلة لكل من أخذ على عاتقه مساعدة ذاته وغيره على أن يحيا حياة أكثر صدقًا ومغزى ومتعة".

- **"لوري ديتشار"**، مؤلفة كتاب *Five Spirits*

حكمة وجهك

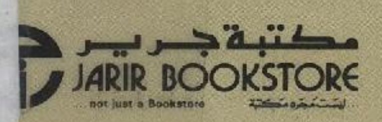
هل تود بمجرد النظر إلى وجوه الناس أن تتعرف على ما يفكرون فيه، وما يشعرون به، وتتوقع سلوكهم وتصرفاتهم؟ هل تود أن تعرف ما إذا كان وجه زوجك يوضح لك أفضل الطرق لحل المشاكل بينكما؟ هل تود أن تكتشف في وجهك الحكمة التي تحتاج إليها لتكون على سجيتك الحقيقية؟

يستمد فن قراءة الوجه أصوله من المبادئ القديمة كالعلاج بالإبر الصينية والطب الصيني القديم، ومنذ ثلاثة آلاف عام لا يتوانى هذا الفن عن البحث والتطور. وعندما يترجم هذا الفن من إطاره الثقافي الصيني إلى الثقافات الأخرى، فإنه يصبح أداة رائعة للحكمة نستطيع جميعًا الاستفادة منها. وتوضح لك "جين هانر" في هذا الكتاب كيف تحيا حياتك متوافقًا مع التدفق الطبيعي لطاقتك، وكيف تجد طريق الحياة الذي يمنحك البهجة، وكيف تقيم العلاقات التي تدعمك وتقويك، والأهم من كل ذلك: كيف تحب ذاتك وتحب غيرك. إن هذا الكتاب سيغير - للأبد - نظرتك لنفسك، ولكل المحيطين بك!


براين هارتمان

"جين هانر" تلقي محاضرات عن الأساليب الفعالة لـ "قراءة" الطبائع الداخلية للناس، وهي تركز - استنادًا إلى خمسة وعشرين عامًا من الخبرة في المبادئ الصينية القديمة للتوازن والصحة - على الأساليب الودودة الداعمة ليحيا الناس متوافقين مع ذواتهم الحقيقية. وتشتهر "جين" بأنها أستاذة ملهمة ودودة، وبتقديمها معلومات صائبة وعملية يمكن تطبيقها فورًا.





6 281072 062484
282204587